

Identitätsentwicklung bei 60 – 75 jährigen Menschen:

Welche Ressourcen und Stützen können zu Veränderungen und Verzögerungen des Alterungsprozesses in dieser Altersgruppe führen. Welche Aufgaben kann die Psychotherapie erfüllen?

Master Thesis zur Erlangung des akademischen Grades

Master of Science (Psychotherapie)

im Universitätslehrgang Psychotherapie Fachspezifikum Integrative Gestalttherapie

von

Evelyne Essig-Kux

Department für Psychotherapie und

Biopsychosoziale Gesundheit

an der Donau-Universität Krems

11. 05. 2019

EIDESSTÄTTLICHE ERKLÄRUNG

Ich, Mag.^a Evelyne Essig-Kux, erkläre hiermit an Eides statt,

1. dass ich meine Master Thesis selbständig verfasst, andere als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel nicht benutzt und mich auch sonst keiner unerlaubten Hilfen bedient habe,
2. dass ich meine Master Thesis bisher weder im In- noch im Ausland in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt habe,
3. dass ich, falls die Arbeit mein Unternehmen (Klinik, Beratungszentrum...) betrifft, meinen Arbeitgeber über Titel, Form und Inhalt der Master Thesis unterrichtet und sein Einverständnis eingeholt habe.

11. 05. 2019

Mag.^a Evelyne Essig-Kux

.....

.....

Datum

Unterschrift

DANKSAGUNGEN / WIDMUNGEN

An meinen Mann, der all meine Unternehmungen und Projekte jederzeit unterstützte und mir stets unverrückbar zur Seite stand, als „Fels in der Brandung“ .

An Mandana, die mich in einfühlsamer Freundschaft und Verbundenheit, mit ihrer Klugheit und in inspirierenden Gesprächen stärkte und bekräftigte.

Mein besonderer Dank an Frau Mag. Klampfl, die mich auf dem Weg zur Fertigstellung meiner Arbeit wohlwollend begleitete, für das Teilhabendürfen an ihrem profunden Wissen, ihrer fachlicher Kompetenz und für die bereichernde Zusammenarbeit.

Ein Danke an meine Therapeuten und Supervisoren im Rahmen der Ausbildung, die mir die Sicht der Dinge aus vielen Perspektiven aufzeigten und zur Bildung meiner Therapeutenpersönlichkeit beitrugen.

ABSTRACT

Deutsch:

Identitätsentwicklung bei 60-75 jährigen Menschen: Welche Ressourcen und Stützen können zu Veränderungen und Verzögerungen des Alterungsprozesses in dieser Altersgruppe führen. Welche Aufgaben kann die Psychotherapie erfüllen?

Verfasserin: Mag.^a Evelyne Essig-Kux

Die geänderten Bedingungen zur Identitätsbildung und -entwicklung in der heutigen postmodernen Welt mit ihren Umbrüchen und Wertewandlungen befeuern den wissenschaftlichen Identitätsdiskurs der Gegenwart. Die Masterthese wurde methodisch als Literaturarbeit verfasst und untersucht die Einflussgrößen, die zur Formung eines bewussten Geistes beitragen sowie die Entwicklung der Identitätsprozesse, im Besonderen auf die Altersgruppe der 60-75jährigen Menschen fokussiert. In Auswertung fachspezifischer Literatur wird das Thema der Identität und des Alter(n)s aus der Perspektive unterschiedlicher wissenschaftlicher Disziplinen betrachtet. Gegensätzlichkeiten und Übereinstimmungen werden aufgezeigt und diskutiert, wobei sich eine Realisierungstendenz für Theorien über die Vielfältigkeit und permanente Passungsfähigkeit der Identität altersübergreifend abzeichnet. Der nachfolgende Arbeitsteil dient der Darstellung der Ressourcen, die die Identitätsentwicklung von 60-75Jährigen in physischer und psychischer Hinsicht stützen können. Die Wirkungsweise der psychotherapeutischen Haltung und die Bedeutung der Stützelemente der Gestalttherapie in der Identitätsarbeit runden den Themenkomplex der Masterthese ab.

Stichworte für die Bibliothek:

Identität, Identitätsentwicklung, Alter(n)sbilder, Ressourcen, Methoden der Integrativen Gestalttherapie.

English:

The development of identity in people between the ages of 60 and 75: Which resources and forms of support can lead to changes and a slowing down on the ageing process in this age group. And which Rolle can psychotherapy play here?

Author: Mag.^a Evelyne Essig-Kux

The changed conditions for the formation and development of identity in today's postmodern world with its upheavals and changing values are driving the current academic discourse on identity. In terms of methodology, this Master's thesis was drawn up using literature research, and examines the influencing variables which contribute towards the formation of a conscious mind, and also considers the development of identity processes, focusing particularly on people between the ages of 60 and 75. Accompanied by an evaluation of the subject-specific literature, the topic of identity and ageing are viewed from the perspective of various academic disciplines. Contrasts and agreements are highlighted and discussed, whereby a tendency is revealed for theories about the diversity and permanent adaptability of identity to be realised across all age groups. The subsequent section of the thesis describes the resources which can support the development of identity in people between the ages of 60 and 75 in both a physical and psychological sense. The way in which a psychotherapeutic approach works and the significance of the elements of support provided by Gestalt therapy round off the interrelated issues dealt with in this Master's thesis.

Keywords for the library:

Identity, development of identity, image of old age, resources, methods of Integrative Gestalt therapy.

INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung	1
1 Begriffsbestimmungen im Rahmen der Identitätsdiskussion	3
1.1 Identität und Identitätsentwicklung	4
1.1.1 Neurowissenschaftliche und epigenetische Sichtweise.....	5
1.1.2 Gestalttherapeutische Aspekte der Identität.....	9
1.1.3 Sozialpsychologische, Entwicklungspsychologisch und Theologische Überlegungen zur Identitätsbildung.....	16
1.2 Identitätstheorien	20
1.2.1 Der dialogische Identitätsansatz nach Buber.....	21
1.2.2 Psychosozialer Entwicklungsansatz nach Erikson.....	23
1.2.3 Identitätstheorien der Postmoderne nach Krappmann und Keupp.....	26
1.2.4 Dialogische Selbsttheorie nach Staemmler.....	29
1.3 Alter(n) und Identität	32
2 Die „Fünf Säulen der Identität“ von Petzold: Ein integratives Modell der Identität und Identitätsstützung für Menschen Zwischen 60-75 Jahren	36
2.1 Die Leiblichkeit	38
2.1.1 Identitätssäule der Leiblichkeit aus gesellschaftlicher Sicht.....	39
2.1.2 Identitätssäule der Leiblichkeit aus neurowissenschaftlicher und medizinischer Sicht.....	41
2.1.3 Identitätssäule der Leiblichkeit in Gestalttherapeutischer Betrachtung.....	42

2.2	Die sozialen Beziehungen.....	43
2.2.1	Gesellschaftliche Sicht auf die Bedeutung sozialer Beziehungen älterer Menschen.....	44
2.2.2	Identitätssäule der sozialen Beziehungen aus Sicht der Gestalttherapie.....	46
2.3	Arbeit und Leistung, Freizeit.....	48
2.3.1	Gestalttherapeutische Kommentare zur Identitätssäule Arbeit und Leistung, Freizeit	50
2.4	Materielle Sicherheiten.....	51
2.4.1	Gestalttherapeutische Überlegungen zur Identitätssäule der materiellen Sicherheiten.....	52
2.5	Werte.....	54
2.5.1	Gestalttherapeutische Überlegungen zur Identitätssäule Der Werte.....	54
2.6	Zusammenfassende Darstellung der stützenden Wirkungsweise des Modells der „Fünf Säulen der Identität“ nach Petzold.....	56
3	Problematiken und Ressourcen der Psychotherapie in der Identitätsarbeit mit älteren Menschen.....	56
3.1	Stütz- und Förderungskompetenzen der Integrativen Gestalttherapie zur Stimulierung der Entwicklungspotentiale älterer Menschen in der Identitätsarbeit.....	60
3.2	Gestaltbildung, Kontakt, Stützung.....	62

3.3	Phänomenologische Sichtweise und Dialogische Beziehung.....	64
4	Altersbilder und Alterstheorien.....	67
4.1	Hintergründe und Bedeutung von Altersbildern.....	70
4.1.1	Historische Entwicklung von Altersbildern.....	70
4.1.2	Altersbilder und -sichten der Gegenwart.....	72
4.2	Psychosoziale Alterstheorien.....	75
4.2.1	Anfänge und Entwicklung der Alter(n)sforschung.....	76
4.2.2	Die Disengagement-Theorie.....	77
4.2.3	Die Aktivitätstheorie.....	78
4.2.4	Interaktionistisches Modell.....	80
5	Resümee und Ausblick.....	82
	Literaturverzeichnis.....	85

Einleitung

Die Frage nach dem „Wer bin ich (selbst)“ führte in der Zeitgeschichte der Menschheit immer wieder zu einem breiten Spektrum an Modellvorstellungen über das Wesen der Identität. In der Forschungsdiskussion einer gegenwärtigen postmodernen Sicht herrscht Einigkeit in der Auffassung, dass der Mensch seine Identität in der wechselseitigen Beziehung zu anderen Menschen, seinem Umfeld, entwickelt.

„Der Mensch wird am Du zum Ich“ (Buber, 1954/2017, S. 34). Diese bekannten Worte des Religionsphilosophen Martin Bubers unterlegen die aktuelle Forschungsmeinung. Am Du zum Ich werden, darunter versteht Buber die eingeborene Voraussetzung des Menschen, nur in der Begegnung und Beziehung zu seiner Umwelt ein eigenständiges Ich herausbilden und entwickeln zu können. Jeder Mensch wird in eine Beziehungswelt hineingeboren, befindet sich ein Leben lang in einem ständigen Austausch-, Abgrenzungs- und Passungsverhältnis mit der Umwelt. In diesem Feld kann Identität als dynamisch aktualisierender Prozess zur Selbstwerdung begriffen werden. Beziehung zur Umwelt bezeichnet auch die Regulations-, Austausch- und Passungsverhältnisse mit einer Gesellschaft, über die ein Individuum Anerkennung erfahren möchte, um eine befriedigende Identität gestalten zu können. Dieser Prozess der Selbstwerdung erleidet in einer gegenwärtigen, postmodernen Welt, gezeichnet von einer Entkoppelung von Werten, von sich überholenden Forderungen nach Multiflexibilität der Identität, massive Einbrüche. Unsere gegenwärtige Gesellschaft ist von einer „...Auflösung traditionaler Rollen, Entnormativierung, Wertewandel, Unübersichtlichkeit, Pluralisierung, Individualisierung“ (Krappmann, 1997, S. 80) geprägt.

Diese veränderten Anforderungen an die Identitätsbildung, die relevanten Einfluss auf die psychotherapeutische Arbeit der Zukunft nehmen werden, erweckten in mir das vertiefte Interesse an den Prozessen, Komponenten und Voraussetzungen der Identitätswerdung und -entwicklung, aber auch an möglichen Hindernissen auf diesem Weg, und führten mich zum Forschungsthema dieser Masterthese, der Identität und Identitätsentwicklung. Im Besonderen richtet sich mein Augenmerk auf die sich stets vergrößernde Gruppe der 60–75jährigen Menschen, die nur allzu oft, ohne weitere Differenzierung, als homogener Block Älterer oder Alter wahrgenommen werden. Die Behandlung der Frage, ob der Identitätsentwicklung in chronologischem Sinn Grenzen gesetzt sind und welche Einflussfaktoren eine mögliche Identitätsentwicklung Älterer

behindern aber auch fördern können, steht im Mittelpunkt der Themenbearbeitung. Damit verbunden ergibt sich die Auseinandersetzung mit der Fragestellung, welche Modifikationen und Korrekturen der Eigen- und Fremdzuschreibungen und Anpassungsleistungen in Bezug auf Prozesse des Alter(n)s, gezielt auf die Gruppe der 60-75 Jährigen, notwendig wären, um den veränderten kollektiven Anforderungstendenzen an das Identitätsbewusstsein dieser Alterskategorie gerecht zu werden.

Aus diesen Überlegungen schließt sich der zweite Komplex der Forschungsfrage zum Masterthema an, der sich mit den möglichen Ressourcen und Stützen, die zu einer Verlängerung des Lebenszeitraumes, einer Verbesserung der Lebenssituation und Aufbau einer starken Identität, aber auch mit den im Rahmen dieses Prozesses einhergehenden Problematiken, beschäftigen wird. Im Besonderen soll die Stellung der Psychotherapie, insbesondere der Integrativen Gestalttherapie, in diesem Spannungsfeld der Veränderungen und ihre Möglichkeiten, als stützende Ressource zu wirken, beleuchtet werden.

Detailliert aufgegliedert beschäftigt sich der erste Hauptbereich der Arbeit mit der Klärung der für die Forschungsfrage relevanten Begriffe der Identität/Identitätsentwicklung mit der Darstellung von Identitätstheorien und neuen Sichtweisen, Altersdefinitionen und Ressourcen.

Anschließend werden im zweiten Abschnitt unter Bezugnahme auf die Identitätstheorie von Petzold, anhand der „... Fünf Säulen der Identität“ (Petzold, 2012, S. 520) die Möglichkeiten, Chancen und Ressourcen, aber auch Grenzen des Entwicklungspotentiale im Identitätsprozess älterer Menschen aufgeworfen.

Der dritte Textteil wirft Positionen und mögliche Problematiken der Psychotherapie in der Arbeit mit älteren Menschen auf und soll die Chance der Psychotherapie zur Stützung, insbesondere der Integrativen Gestalttherapie mit ihrem Menschenbild und speziellen Instrumentarien, als wichtige Ressourcen in den einzelnen Säulen der Identität abbilden.

Das vierte Kapitel dient der Aufrollung der Entstehung und Entwicklung von Altersbildern und -rollen, ihre Auswirkung auf das Selbstbild und der abschließenden Diskussion im Hinblick auf eine zukunftsgerichtete, den gesellschaftlichen Umbrüchen und Veränderungen Rechnung tragende Neuorientierung in den Rollenbildern älterer Menschen.

Anmerkungen zu den in dieser Arbeit verwendeten Literaturangaben:

Autoren unterschiedlicher Werke in dieser Masterarbeit stellen besondere Hervorhebungen zwischen die Zeichensetzung >>..... <<. Diese Zeichensetzungen wurden ident übernommen.

Je nach Quellenbezug werden die Ausdrücke gestalttherapeutische oder Integrativ Gestalttherapeutisch verwendet. Gleichmaßen unterscheiden sich quellenabhängig die Schreibweisen von Organismus/Umwelt-Feld.

Petzold vertritt das Modell des Integrativen Ansatzes. Sein Konzept der „Fünf Säulen der Identität“ gilt in der Integrativen Gestalttherapie als anerkanntes Modell.

1 Begriffsbestimmungen im Rahmen der Identitätsdiskussion

Mit der Sich Seiner Selbst Bewusstwerdung des Menschen erwuchs und entwickelte sich auch der der Diskurs über den Ursprung, Wesen und Entwicklung der Identität und hat in unterschiedlichen Theorien seinen Niederschlag gefunden.

In diesem Kapitel stehen drei Themenkreise, die Identität (Selbst), die Identitätsentwicklung und Identitätstheorien in Diskussion. Die Begriffe Identität und Identitätsentwicklung stellen keine voneinander abgetrennten Sachbereiche dar, vielmehr bedingen sie einander. Denn Identität versteht sich als prozessuales Geschehen (Damasio, 2013; Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017), sie geniert im Rahmen von Entwicklungsvorgängen. Vorstellungen über die Konzeption der Identität fließen in Identitätstheorien ein.

Der Identitätsdiskurs kann aus unterschiedlichen Positionen, unter anderem aus biologischer, theologischer, kultureller oder sozialpsychologischer Sichtweise aufbereitet werden. Die Forschung über die Identität bis zu den heutigen Identitätsmodellen unterlag über die Jahrhunderte Sichtveränderungen, die nicht zuletzt vom Wandel gesellschaftlicher Konstellationen und dem Fortschreiten der wissenschaftlichen Erkenntnisse, in beispielhafter Anführung die Disziplin der Neurowissenschaften, beeinflusst sind. Je nach Verhaftung in einer Denk- und Wissensausrichtung, in Abhängigkeit von speziell vorherrschenden kulturellen, zeitgeschichtlichen und sozialen Bedingungen, entstehen unterschiedliche Auffassungen von Identität, die in Identitätstheorien ihren Ausdruck finden.

Im folgenden Abschnitt sollen unterschiedliche Lehrmeinungen und -theorien zur Identität, unterschiedliche Zugänge zur und die komplexen Zusammenhänge der Identitätsbildung verfolgt werden.

1.1 Identität und Identitätsentwicklung

Die grundsätzliche Identitätsfrage, ... „Wer bin ich?“ (Keupp, 2012, S. 79) impliziert, dass neben diesem Ich auch eine Andersartigkeit existiert, von der das Ich sich unterscheidet. Es erfordert daher ein Gegenüber, mit dem in Kontakt getreten werden kann, eine dialogische Beziehung mit dem Außen, dem Du, um sich in der Kontakterfahrung seiner speziellen Eigenart als unverwechselbares Individuum bewusst zu werden. Wie umfangreich dokumentiert (Fuhr, Sreckovic & Gremmler-Fuhr, 2012; Hartmann-Kottek, 2004, 2008, 2012; Höfner & Schigl, 2012; Keupp, 2012; Tesch-Römer, 2010; Votsmeier-Röhr, 2017), reift die Identität des Menschen nur im Austausch mit seiner Umwelt heran. Ausschließlich im Rahmen von Beziehungsvorgängen bildet sich das Stützwerk für das Selbstverständnis der eigenen Person. Im Zuge höchstpersönlicher Erfahrungs- und Lernprozesse mit und am Umfeld werden subjektiv intendierte emotionale Zusammenhänge geschaffen, ein Handlungsgerüst, mit den Dingen umzugehen, ein höchstpersönliches Bild der Welt mit der Sicht auf sich und die Anderen.

Um dem Kern der Identität auf den Grund zu gehen, bilden die Erkenntnisse über neuronale Vorgänge zur Bildung der Identitätsbewusstheit den Nährboden, der es überhaupt erst möglich macht, Identitätsvorstellungen und -konzepte erwachsen zu lassen. Vorbedingungen und Entwicklungsprozesse des Gehirns sind notwendig, um einen bewussten Geist entstehen zu lassen (Damasio, 2013; Fuchs, 2017). Ohne die entsprechende organische und neuronale Ausstattung würden sich sämtliche Konzeptionen zur Beantwortung der Frage, was Identität denn sei, per se erübrigen. Der folgende Auszug aus der neurobiologischen Sichtweise soll die Hintergrundfunktionen des Gehirns mit seinen biologischen und neuronalen Voraussetzungen zur Schaffung eines sich selbst bewussten Geistes verdeutlichen. Nicht zu vernachlässigen in diesem Diskurs ist das elementare Grundprinzip des menschlichen Daseins in seinem Streben nach Überleben des Organismus (Damasio, 2013). Im Rahmen der über Jahrtausende währenden Entwicklungsprozesse des menschlichen Gehirns entstanden neuronale

Verschaltungen, die den Nährboden für die Ausbildung optimaler Überlebensstrategien und Regulierungsmaßnahmen schufen und im Zusammenspiel miteinander die Herausbildung des menschlichen Identitätsbewusstseins begründeten.

Das folgende Arbeitskapitel soll daher dienlich sein, dem neurowissenschaftlichen Basiswissen über die Entstehung der Identität Raum zu geben. Die Neurowissenschaften zeigen auf, welche Aufbaubedingungen und Kooperationszusammenhänge zwischen Körper und Geist herrschen müssen, um das Gefühl sich seiner Selbst bewusst zu sein, entstehen zu lassen. Sich seiner Selbst bewusst zu sein, bedeutet auch, seine Bedürfnisse zu decken, existenzbedrohende Vorgänge für Geist und Organismus hintanzuhalten bzw. zu minimieren. Die Heranziehung der Bezeichnung als Selbst bezieht sich auf die wissenschaftliche Nomenklatur von Damasio (2013), dessen Erklärungsmodell in der folgenden Abhandlung herangezogen wird.

1.1.1 Neurowissenschaftliche und epigenetische Sichtweise

Damasio (2013) konzentriert sich in seinen Abhandlungen auf die Entstehung und Entwicklung des bewussten Geistes als Geburtsstätte der Identität.

Vor dem Prozess einer Bewusstwerdung führen entwicklungsphysiologisch bedingte Prozesse des menschlichen Gehirnes zur Ausformung einer Art von Geist, der aus Aktivitäten von Zellen, der Neuronen, die sich in Schaltkreisen konfigurieren und zu Netzwerken erweitern, erwächst. Diese Netzwerke verfügen über die Fähigkeit, kurzfristige Muster über Dinge oder Ereignisse, die außerhalb des Gehirns lokalisiert sind (davon sind sowohl Ereignisse innerhalb des eigenen Körpers als auch solche in der Außenwelt erfasst) zu erstellen und diese Abbildungen kartographisch zu speichern. Zusätzlich verfügt das Gehirn über die Qualität, die eigenen Verarbeitungsvorgänge bei der Aufarbeitung von Mustern aufzuzeichnen. Mit den Worten Damasio (2013) gesprochen „...kartiert das Gehirn sowohl seine Umwelt als auch seine Tätigkeit“ (S. 30). Diese Konstellation legt den Grundstein zur Schaffung eines bewussten Geistes. Für die Kartierung der Körperzustände verantwortlich zeichnet das Protoselbst, selbst geniert aus neuronalen Mustern. Die kartierten Bilder, die über den momentanen Zustand des Körpers Aufschluss geben, bilden sich in den ursprünglichen Körpergefühlen, beispielsweise sei hier empfundener Zahnschmerz angeführt, ab. Die Körperkartographie des Gehirns dient der Lebenserhaltung und -regulierung, denn

ursprüngliche Gefühle aus diesen Regionen vermitteln dem Menschen in Form von Gefühlsbildern die Information über den Zustand des eigenen lebenden Körpers. Damasio (2013) spricht in diesem Sinn vom Protoselbst als erste Stufe zur Bewusstwerdung des menschlichen Geistes.

Zustimmung zu dieser Lehrmeinung findet sich in den Ausführungen von Fuchs (2017). Nach Auffassung dieses Autors vollzieht sich die Einheit von Körper und Gehirn nicht nur auf einer vegetativen Ebene. Sie umfasst ebenso die höheren Hirnfunktionen. Dazu führt Fuchs (2017) aus: „Weder das Gehirn noch das Bewusstsein lassen sich vom lebendigen Körper insgesamt getrennt begreifen“ (S.138).

Da das Protoselbst noch keinen bewussten Geist darstellt, erfordert es im zweiten Entwicklungsstadium Anstöße zur Strukturänderung, um aus dem Protoselbst ein Kern-Selbst zu erzeugen. Damasio (2013) geht von der Hypothese aus, dass ein Selbstprozess dann erwachen kann, wenn das Protoselbst in Wechselbeziehung zu einem beliebigen Objekt tritt. Um ein Kern-Selbst zu werden, muss sich einerseits das Profil des Protoselbst verstärkt konturieren, um sich abzuheben, andererseits ist dazu eine Verbindung zu den Geschehnissen erforderlich, an denen es beteiligt ist. Über jede Wechselbeziehung wird in pulsformigen Wellen die Generierung des Kernselbst begründet und die generierten Bilder des Bezugsobjektes mit einer Werteskalierung der Wichtigkeit versehen, die dem Objekt die ihm zukommende wertmäßige Rangordnung verleiht.

Der gegenwärtige Zenit der Entwicklung des menschlichen Gehirns wurde mit der Herausbildung der Großhirnrinde erreicht. Mit ihrem Entstehen erwuchs im Menschen das Bewusstsein seines autobiografischen Selbst, der Identität (Damasio, 2013). Die Autobiographie spiegelt die gesammelte Lebenserfahrung eines Menschen wider, die höchstpersönliche Weise, mit Situationen umzugehen, die in ihrer Gesamtheit der Bewältigungsmethoden den speziellen Lebensverlauf kreieren. Das autobiographische Selbst verfügt über eine unermessliche Sammlung solcher Bilder, eine gigantische Bibliothek. Voraussetzung ist, dass die spezielle Erinnerung als besonderes Objekt erkannt, mit den bestehenden Karten des Protoselbst abgeglichen, in ihrem Gehalt wieder neu bewertet und angeordnet wird. Im Rahmen der Neuordnung und Neubewertung von Erinnerungen kann es sich entweder um geringfügige Adaptionen des Inhaltes und der begleitenden Emotionen des ursprünglich Erlebten handeln oder

aber um weitergehende Veränderungen der einstigen Tatsachenzusammenhänge und emotionalen Begleitumstände. Damit kann auch vermutet werden, dass jeder Mensch durch seinen höchstpersönlichen Bewertungsvorgang über eine Art eigene Realitätsfestlegung verfügt.

Hinter all diesen Entwicklungsschritten zum Heranreifen eines bewussten Geistes liegen die Handlungsanweisungen aus dem Genom, dem genetischen Unbewussten, die „... als Leitfaden für den Aufbau des Organismus mit den charakteristischen Eigenschaften von Körper und Gehirn dienen und später auch zur Funktionsfähigkeit des Organismus beitragen“ (Damasio, 2013, S. 292).

Damasio (2013) betont in diesem Zusammenhang, dass die beeinflussende Wirkungsweise des Genoms während der gesamten Entwicklung im menschlichen Leben durch individuelle Erfahrungen verändert und umgestaltet werden kann, das Gehirn verfügt damit über die Fähigkeit einer lebenslang währenden neuronalen Plastizität seiner Strukturen und Aktivitäten. Darüber ist sich die neurowissenschaftliche Forschung einig (Birbaumer & Zittlau, 2014; Davidson & Begley, 2012; Fuchs, 2017).

An dieser Stelle soll der Blick auf eine noch junge Teildisziplin der neurowissenschaftlichen Forschung, die Epigenetik gerichtet werden, die sich mit den Einflussmöglichkeiten auf das Genom beschäftigt.

Nach der Beschreibung von Spork (2016) umfasst das Genom alle Gene, die im Erbgut enthalten sind. Epigenetik beschäftigt sich mit den Strukturen, die auf die Zellen einwirken und jeder eine spezielle Identität verschaffen. In ihrer Gesamtheit bilden diese Strukturen das Epigenom. Aus biologischer Perspektive befasst sich die Epigenetik gemäß Definition des Neurobiologen Spork (2016) „...mit all jenen molekularbiologischen Informationen, die Zellen speichern und an ihre Tochterzellen weitergeben, die aber nicht im Erbgut enthalten sind“ (S. 15). Aufgabe des Epigenoms ist es, Anweisungen darüber zu geben, welchem Zweck die Zelle dienen soll, und die Genaktivität zu regeln. Es bestimmt, und dieses Faktum wirkt sich erheblich auf die Lebenserwartung aus, die Alterungsprozesse der Zelle, ihre Reaktionsfähigkeit auf äußere Bedingungen, die Krankheitsanfälligkeit oder ihre Langlebigkeit und Erhalt ihrer Funktionsfähigkeit. Epigenome handeln über epigenetische Schalter (Spork, 2016), die sich an bestimmten Punkten des Erbgutes ansiedeln und bestimmen, welcher Gene eine Zelle sich bedienen darf.

Im Zuge der Forschung auf dem Gebiet der Epigenetik wurde die Flexibilitätseigenschaft der epigenetischen Schalter erkannt, damit verbunden ist die Beeinflussbarkeit und Umprogrammierbarkeit der Zelle unter Einwirkung äußerer Bedingungen, den Umwelteinflüssen. Diese umfassen ein breites Spektrum von beeinflussenden Faktoren. „Deshalb können Erziehung, Liebe, Nahrung, Stress, Hormone, Hunger, Erlebnisse im Mutterleib, Vergiftungen, Psychotherapie, Nikotin, außergewöhnliche Belastungen, Traumata, Klima, Folter, Sport und vieles mehr unsere Zellen umprogrammieren“ (Spork, 2016, S.16).

Eine Sicht auf das Altern ist, sie als epigenetische Krankheit zu betrachten, die durch die Häufung von nachteiligen Umbauten am Epigenom, die die Anfälligkeit für Krankheiten vermehren und die Leistungsfähigkeit vermindern können, entsteht (Spork, 2016). Der Annahme folgend, dass die epigenetischen Schalter auf Veränderungen der Einflüsse aus der Außenwelt reagieren, und dieser Prozess lebenslanglich aufrecht bleibt, birgt die Epigenetik gleichsam Chancen zur Umprogrammierung im Blickpunkt auf biologische Veränderungen im Alter(n).

Umek (2013) knüpft in ihren Ausführungen über die prägende Wirkung von Kindheitserfahrungen an Erkenntnisse der Forschungsergebnisse von Damasio (2013) an und stellt die Verbindung zu späteren Auswirkungen prägnanter Kindheitserlebnisse her. Insbesondere die Erfahrungen der ersten Lebensjahre legen sich multikodiert ab. Die im Gehirn verarbeiteten Bilder regen Emotionen an. Sie stehen im Einklang mit den im Gehirn abgespeicherten Handlungsplänen. Entsteht eine Emotion, setzen unverzüglich bestimmte Vorgänge der Verarbeitung ein. So hemmt beispielsweise eine persönliche Grundtendenz zur Trauerhaltung das Denken und kann zur Neigung des Verharrens in der Situation, durch die die Trauer ausgelöst wurde, führen (Umek, 2013). Somatische Marker bewirken Veränderungen des Körpers, wie Spannungen, Beklemmungen oder Atemnot und sind physischer Ausdruck belastender Emotionen. Die Setzung neuer somatischer Marker, eine Änderung der eigenen Handlungsweisen und des Verhaltens, können die Auswirkungen von prägenden Kindheitserfahrungen in einem langsamen Prozess umbauen.

1.1.2 Gestalttherapeutische Aspekte der Identität

Werden seitens anderer wissenschaftlicher Ausrichtungen begrifflich von der Leistung des bewussten Geistes als Identität gesprochen, geht die gestalttherapeutische Theoriebildung vorwiegend vom Terminus des Selbst aus, lässt aber abweichende Begriffsdefinitionen zu. Die Begriffe der Identität einerseits und des Selbst andererseits werden in der gestalttherapeutischen Literatur unter anderem bei Ladisich-Raine & Pernter (2012) und Staemmler (2015) synonym verwendet.

Der Blickwinkel der Gestalttherapie auf die Bildung eines Selbst kann als verbindlich zu Perspektiven der Identitätsentwicklung aus Sicht anderer Forschungsausrichtungen betrachtet werden. Der Diskurs über die Identitätsbildung bzw. Bildung des Selbst zählte stets zu den spannungsgeladenen Themen wissenschaftlicher Auseinandersetzung, sei es eine solche in naturwissenschaftlichem, sozialem, gesellschaftlichem oder kulturellem Kontext (Damasio, 2013; Erikson, 1988/2016; Fuchs, 2017; Keupp, 1997; Krappmann, 1997; Lehr, 2007; Schroeter, 2008, 2014; Staemmler, 2015).

Die Analogie und Nähe der Integrativen Gestalttherapie zur neurowissenschaftlichen Betrachtungsweise über die Bildung der Identität bzw. eines bewussten Selbst lässt die Rolle der Gestalttherapie als wissenschaftlich determiniertes Fachgebiet bewusst werden. Hartmann-Kottek (2004, 2008, 2012) bezieht sich in ihren Studien betreffend die Hauptfaktoren des Erlebens auf neurobiologische Ursprünge und weist in diesem Zusammenhang auf die Erkenntnisse Damasio (2013) über die Systembausteine des Bewusstseins und damit auf die enge Verwandtschaft der Kern-Selbst Definition mit dem Begriff des Selbst in der Gestalttherapie hin.

Die Mitbegründerin der gestalttherapeutischen Schule, Laura Perls (1989/2005) spricht vom Fokus der Gestalttherapie auf die Arbeit mit dem im Hier und Jetzt, im Kontakt mit dem in der Umwelt aktuell Verfügbaren und Vorhandenen, eine „...sich frei entwickelnde Gestaltbildung...“ (Perls, 1989/ 2005, S. 98). Gestalt wird, was für ein Subjekt oder eine Gruppe von bedeutendem Interesse ist und damit in den Vordergrund der Bewusstheit tritt, „...wo es vollständig erlebt und bewältigt (anerkannt, durchgearbeitet, eingeordnet, verändert, abgelegt) werden kann, so daß es dann im Hintergrund verschmilzt (vergessen oder assimiliert und integriert wird) und den Vordergrund für die nächste, bedeutsame Figur freilegt“ (Perls, 1989/2005, S. 98).

Dem Gedankengut folgend, erkennt Hartmann-Kottek (2004) im Augenblick des Kontaktes mit dem Umfeld, sei es mit einem einzelnen Menschen oder einer Gruppe, den Auslösungsmoment zur Gestaltbildung. Mit Aufnahme des Kontaktes richtet sich die Aufmerksamkeit auf dieses Objekt, die Gestalt formiert sich und drängt zur Auseinandersetzung mit dem Erlebten, mitgeprägt von vergangenen Bewertungsmustern. Nach Verarbeitung der Erlebnisinhalte und Integration einer gegenwärtigen Bedeutung, einer neuen Lösungsfindung zu Regulation des inneren Gleichgewichtes, treten neue Gestaltbildungsimpulse zur Verarbeitung in den Vordergrund des Bewusstseins (Hartmann-Kottek, 2004; Hartmann-Kottek, 2004, 2008, 2012).

Auch die neurowissenschaftliche Definition vom Kern-Selbst benennt zu seiner Entstehung ein äußeres interessantes Objekt, das den Puls zur Erweckung des Kern-Selbst auslöst. Die Erweckung des Kern-Selbst und seiner Verarbeitungskonzeption entspricht dem gestalttherapeutischen Moment des Kontaktes und der Bearbeitung der sich aus dem Hintergrund hervorhebenden Gestalt.

Das Leitbild der gestalttherapeutischen Lehre über die Entstehung und Entwicklung eines bewussten Geistes fokussiert sich auf die Gestaltbildungsprozesse, die Beziehungen zwischen Gestalt, Figur und Grund. Figur wird jedes spezifische Merkmal einer Wahrnehmung unter der Prämisse, dass es Interesse erweckt. Die Figur schärft sich zum Profil, hebt sich vom Hintergrund ab, verbleibend im Bezug zu ihm. In dieser Relation entsteht die Gestalt, die sich aus der Beziehung Figur und Hintergrund in einer individuellen, subjektiven Art und Weise konstruiert. Im Hintergrund gespeichert finden sich nicht nur Komplexe spezifisch bewerteter persönlicher, sondern auch kollektiver Erfahrungen, die zusätzliche Strategien zur Überlebenseicherung bereitstellen. Auch sie bilden den Hintergrund für das Entstehen neuer Figuren, die den Bedeutungsgehalt mitgestalten (Amendt-Lyon, Bolen & Höll, 2004), wobei der Prozess der Gestaltbildung einem kontinuierlich permanenten Ablauf unterliegt. Mit der Entwicklung der Grund-Figur-Konfiguration zur Gestaltbildung wird die Ablaufweise von Erfahrungsprozessen beschrieben.

In gleicher Interpretation des Identitätsbegriffes greifen Ladisich-Raine & Pernter (2012) auf die Erkenntnisse der Gestaltpsychologie zurück, demnach seelische Prozesse in Form von Konfigurationen von Hintergrund und Figur ablaufen. Das Selbst hebt sich in seinem Drang nach Bedeutsamkeit zu einer klar abgegrenzten, dominanten Figur hervor

und mündet in ein Empfinden von Erfüllung und Geschlossenheit, einem mit sich eins zu sein. In diesem zeitlichen Moment generiert das Gefühl einer eigenen Identität, die sich umso deutlicher hervorhebt, je besser es gelingt, sich vom übrigen Feld abzugrenzen und seine Eigenheiten in den Vordergrund zu rücken. Aus diesem Erklärungsmodell folgert, dass Identitätsempfinden, die gelungene Abgrenzung des Organismus immer nur in der Erkenntnis der Polarität, im Vergleich mit etwas Andersartigem entstehen kann. Der Augenblick, in dem sich der Organismus in der Abgrenzung vom Umfeld seiner persönlichen Existenz, seiner Selbst, bewusst wird, stellt ein höchst subjektives Erleben dar. Mit der Bedeutung des Umfeldes und der Grenzziehungsfähigkeit des Organismus für die Bewusstwerdung eines Selbst tritt ein weiteres Hauptelement der gestalttherapeutischen Lehre in den Vordergrund, die Kontaktfunktion.

Hartmann-Kottek (2004, 2008, 2012) beschreibt das Selbst als „...System der Kontakte im Felde von Organismus und Umwelt...“ (S. 48), wobei das Kontaktgeschehen zur eigenen inneren Welt miteinbezogen ist. Alle Kontakte finden in einer gegenwärtigen realen Erlebnissituation statt. Diese Definition bedeutet permanente Bewegung zwischen Innen- und Außenwelt, einen ständigen Austausch, aber auch die Umformungsmöglichkeit der gesamten Gestalt im Fluss der Kontaktprozesse. Wird der Mensch als ein offenes System, das auf energetischen Austausch mit der Umwelt angewiesen ist, betrachtet, sorgt dieses System für ein Gleichgewicht, das sowohl das Innen- als auch das Außenverhältnis reguliert (Hartmann-Kottek, 2004, 2008, 2012). Im Innenverhältnis wird dieses Gleichgewicht durch das Instrument der organismischen Selbstregulation erreicht, im Außenverhältnis formiert sich die Gleichgewichtssituation im Zuge der Kontaktzyklen mit der Außenwelt.

Perls, Hefferline & Goodman (1951/2006) bezeichnen in ihrer Abhandlung über die grundsätzliche Ausrichtung des Organismus auf sein Überleben und Wachsen, die Rolle des Kontaktes in diesem Erhaltungssystem als Wachstumsfunktion des Organismus. Unter Kontaktgeschehen sind dabei sämtliche dynamisch aktive Vorgänge, wie Speisenbeschaffung und -aufnahme, Kommunikation, Konfrontationen, Körpermotorik zu verstehen, die ihrer Eigenschaft nach an der Grenze zwischen Organismus und seinem Umweltfeld ablaufen. Mit den Worten der Autoren zur Definition des Selbst gesprochen: „Das komplexe System der Kontaktprozesse, das für die Anpassung im

schwierigen Feld erforderlich ist, nennen wir » Selbst«....“ (Perls et al., 1951/2006, S. 211).

Dem ganzheitlichen Verständnis der Gestalttherapie folgend, laufen innerpsychische Vorgänge nie für sich abgekapselt von der Umwelt ab, vielmehr vollzieht sich das Agieren des Organismus in einem bestimmten räumlichen und zeitlichen Feld, mit dem er in einer wechselwirkenden Beziehung und Austausch steht. Die Gestalttherapie beschreibt mit dem Modell der Relationen von Organismus-Umwelt-Feld die Wechselwirkungsprozesse zwischen Organismus und Umfeld in einem Prozessgeschehen. Dabei nehmen analog der Formation Figur-Grund auch die Beziehungen Organismus-Umwelt-Feld die Konturen einer Gestalt an (Amendt-Lyon et al., 2004). In diesem Prozess erfährt der Organismus sich differenziert zum Umfeld, er wird sich seiner eigenen individuellen Existenz bewusst, eine Grenzziehung zwischen Organismus und Umwelt, die gleichermaßen trennt und verbindet. Die Erfahrung der Grenze zum Umfeld präsentiert sich ausschließlich als subjektiv geprägtes Erleben. Das Erfahren und das Durchleben der Wechselbeziehung von Kontaktgrenze und Umfeld, der Austausch des Menschen mit seiner Umwelt erhält die Lebenssteuerungsfähigkeit des Organismus, ermöglicht seine Passungsfähigkeit und lässt ihn wachsen.

Das Selbst ist nach Anschauung Staemmlers nicht als etwas zu verstehen „...das ein Mensch in konstanter Weise *besäße*, sondern als etwas, das ein Mensch subjektiv ist“ (Staemmler, 2015, S. 18) und ergänzt weiterführend mit Hinweis auf experimentalpsychologische und neurowissenschaftliche Literatur, dass die sich aufdrängende Vorstellung vom Selbst als separate, abgekapselte Einheit auf die Neigung des Bewusstseins zu einer subjektiven Sichtweise zurückzuführen sein mag. Das Selbst besitzt weder materielle Formgebung noch über einen anatomischen Sitz. Fuchs (2017) bezeichnet den Ausgangspunkt zu einem bewussten Erleben als *...fortwährende „Resonanz“ von Gehirn und Organismus...*‘ (S. 147). Diese Auffassung verfolgt gleichermaßen Damasio (2013), der das Selbst nicht als ein, an einem bestimmten Ort verhaftetes dingliches Gebilde, sondern als einen prozesshaften Vorgang erkennt, mit dem der bewusste Geist sich erst aktualisiert.

Votsmeier-Röhr & Wulf (2017) weisen in ihrer Abhandlung über das Entstehen der Identität nicht nur auf die Austauschprozesse mit der äußeren Umwelt, sondern auch auf die Bedeutung der gleichzeitig ablaufenden Interaktionsprozesse mit dem inneren

Milieu, den organischen Systemen und intrapsychischen Vorgängen hin. Diese Vorstellungen decken sich mit der neurowissenschaftlichen Bedeutung der Kartierungen. Befinden sich die Beziehungssysteme nicht im Gleichgewicht, ist der Mensch zum einen bestrebt, die als Bedürfnisse erlebten Mängel zu befriedigen und dadurch die Homöostase wieder zu erlangen, zum anderen wird er in einem Akt der Selbstregulation danach streben, seine einzigartige Ich-Identität zu erhalten und zu sichern (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017).

Die Gestalttherapie nähert sich der Deutung des Selbst aus einer phänomenologischen und dialogischen Betrachtungsweise und erfasst aus diesem Sichtwinkel das Selbst als subjektive Erfahrungswelt des Menschen, so wie er sie in der ihm eigenen, einzigartigen Art und Weise, mit all seinen Sinnen, seinem Geist und emotionalem Erleben im Hier und Jetzt erfährt. Der wechselwirksame Austausch, die Kontaktprozesse mit der Umwelt und die unmittelbare, dialogische Begegnung mit dem Anderen sind notwendig, um die Stabilität als Organismus aufrechterhalten zu können. Erlebte Anerkennung im Rahmen des Kontaktprozesses fördert das Gefühl der Zugehörigkeit, der Identifikation, Ablehnung verursacht Entfremdung und Distanz (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017). Phänomenologische Erfassung wendet sich an das subjektive unmittelbare Erleben des Menschen, sein leibliches und sinnliches Erfassen und seine Emotionalität, das Verstehen seiner Selbst, frei von Vorgaben und Vorstellungen des Anspruchs, wie etwas und jemand zu sein haben sollte. Gleichmaßen formt Staemmler (2015) das Bild des Selbst als „...die Summe seiner Einstellungen, Wünsche, Erinnerungen, Gefühle, Werte, Identifikationen, Handlungen, soziale Bezüge etc., so wie er selbst sie empfindet“ (S. 17). Dazu Amendt-Lyon et al. (2004): „Daher ist das erschaffene Selbst eine Funktion des gesamten Feldes, der phänomenologische Ort, an dem ein Mensch seiner Umwelt begegnet“ (S. 109).

Identität erwächst nicht in Form eines in sich abgeschlossenen, zentralen inneren Kerns, sondern generiert erst im permanenten Austausch mit der Umwelt, die an der Identitätsformung mitwirkt und an der jeder Mensch in Form von persönlichen Beziehungsstrukturen teilhat (Staemmler, 2015). Das Wesen der Identität versteht sich daher als stabile, innere Verortung des sozialen Wesen Mensch in sich und in Interaktion mit seinem sozialen Umfeld. Identitätsbildung generiert im dynamischen Aushandeln der Grenzen zwischen intersubjektiven Vorgängen und sozialen Anforderungen einer

wertemäßig und kulturell geprägten Außenwelt mit dem Ziel, sich im Spannungsfeld von Identifikation und Distanz als einheitliche Identität zu erleben (Krappmann, 1997).

Im Diskurs um die Bedeutung von Beziehungssystemen für die Identitätsbildung in einem besonderen Betrachtungswinkel steht die Anschauung des Religionsphilosophen Martin Bubers, der die menschliche Welt als Beziehungssystem in den Fokus seiner Lehrmeinung stellt. Zur Ausbildung eines Selbst oder einer Identität erfordert es eine dialogische Beziehung, die Buber (1954/2017) wie folgt beschreibt: „Der Mensch wird am Du zum Ich“ (S. 34). Buber stellt damit die Beziehung zur Welt, in einer dialogischen Form der Begegnung, in den Mittelpunkt seiner Überlegungen zum Selbstwertungsprozess. Buber versteht darunter die eingeborene Voraussetzung des Menschen, in der Begegnung und Beziehung zu seiner Umwelt (Ich-Du-Beziehungen, Ich-Es-Beziehungen), ein eigenständiges Ich herausbilden und entwickeln zu können. Da jeder Mensch in eine Beziehungswelt hineingeboren wird und ein Leben lang sich in einem ständigen Austausch-, Abgrenzungs- und Passungsverhältnis mit der Umwelt befindet, ist Identität als dynamisch aktualisierender Prozess zur Selbstwerdung zu begreifen. Die dialogisch geformte Beziehungswelt Bubers floss als ein tragendes Element in die Lehrmeinung der Gestalttherapie ein. Staemmler (2015) verortet die Bedeutung des Dialoges in der Grundannahme, dass Menschen ihr Selbst nur im Austausch, im Dialog mit Anderen, sich beständig in Kontaktzyklen bewegend, bilden können.

Die dialogische Weltsicht Bubers, die im Kapitel 1.2.1 vertieft behandelt wird, hat in der gestalttheoretischen Sichtweise über die Bedingungen zur Identitätsentwicklung ihren Niederschlag gefunden. Die Prinzipien der Selbstwerdung des Menschen in Form der dialogischen Beziehung bilden sich deutlich in der therapeutischen Grundhaltung der Integrativen Gestalttherapie ab, die den Menschen als personales Gegenüber in der gegenseitigen Begegnung im Hier und Jetzt sieht. Im Mittelpunkt steht die Bemühung, in empathischem Einfühlen den Anderen inne zu werden, seine Situation zu erfassen, zu verstehen und wertzuschätzen, aber auch zu konfrontieren, um im Rahmen der Balancebestrebungen zwischen Würdigung und Konfrontation den Prozess der Selbstregulation und der schöpferischen Anpassung anzuregen (Fuhr et al., 2012; Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017).

Der Blickwinkel der Gestalttherapie auf die Bildung eines Selbst richtet sich einerseits phänomenologisch geprägt auf die innerpsychischen Prozesse zur Heranreifung eines

subjektiven Selbst, andererseits bemisst sie auch der prägenden Kraft der sozialen Dimension zur Identitätsbildung einen zentralen Stellenwert zu. Die Identitätsentwicklung des Menschen stellt keinen einsamen intrinsischen Prozess dar, sondern ist abhängig von der Beziehung zur Welt. Es handelt sich dabei um soziale, kulturelle aber auch religiöse Einflussgrößen, die auf die Identitätsentwicklung einwirken. Jeder Mensch ist in einen Kulturkreis eingeboren, in einem sozialen Kontext verankert, der mit generationenübergreifendem Wissen von Geburt an zur Identitätsbildung und -entwicklung beiträgt. Petzold (2012) unterstreicht, dass die Menschheit sich seit Anbeginn ihres Daseins als kulturschöpfende Spezies auszeichnet, bemüht in der permanenten Weiterentwicklung aller kollektiven Wissensbereiche und Techniken. Kulturelle Handlungsanweisungen zur Lebensstrukturierung unterstützen bei der Findung im Identitätsprozess und verdeutlichen den identitätsstützenden Charakter der kulturellen Fertigkeiten. Laura Perls (1989/2005) beschreibt das menschliche Stützungssystem als einen Hintergrund, gebildet aus an allen bislang im Leben erworbenen Kenntnissen und Fertigkeiten, die Erleichterung bei der Integration von neuen Erfahrungen bringen können. Zu diesen Stützungsmechanismen zählen sowohl das körperliche Erscheinungsbild, wie Haltung, Art und Form der Bewegung als auch soziale Verhaltensmuster, Sprache oder Sitten. Sie entfalten ihre stützende Kraft im Rahmen von Beziehungsvorgängen aber auch im Umgang mit gesellschaftlichen Assimilationsanforderungen und kulturellen Erfahrungen.

Vorstellungen über die Identitätsbildung entwickelten sich gleichermaßen auch aus den Perspektiven anderer Wissenschaftszweige. Die Beiträge der Sozialwissenschaft, die die Zusammenhänge zwischen individueller Identität und sozialer Gemeinschaft in den Fokus ihrer Betrachtung stellt, die Psychologie, im Besonderen die Entwicklungspsychologie und nicht zu vernachlässigen die Sichtweise der Theologie vermitteln beachtenswerte Eindrücke von den Facetten, die zur Entstehung einer Identität beitragen.

1.1.3 Sozialpsychologische, Entwicklungspsychologische und Theologische Überlegungen zur Identitätsbildung

Vertreter der sozialpsychologischen Sicht (Keupp, 1997; Keupp, 2012; Krappmann, 1997; Lehr, 2007) auf die Identitätsbildung beziehen sich im Besonderen auf den prägenden Einfluss des sozialen und kulturellen Umfeldes zur Entstehung einer subjektiven Identität. Die sozialen und kulturellen Umwälzungen und Verlust der identitätsstabilisierenden Werte in der gegenwärtigen postmodernen Gesellschaft führen zu einer Verunsicherung des identitären Bewusstseins. Identität ist mit einem lebenslangen Entwicklungs- und Änderungsprozess verbunden, geformt aus komplexen Verknüpfungen aus Eigen- und Fremdsicht. Der Einfluss der Sicht der Anderen, des Fremdbildes mit seinen sozialen und kulturellen Werthaltungen auf das Selbstbild kann einen dominanten Stellenwert einnehmen, wenn der Druck entsprechend groß ist, vor allem, wenn er von beherrschenden sozialen Gruppen bzw. der Gesellschaft mit ihren Werthaltungen ausgeübt wird und das erwünschte Verhalten unter Umständen auch erzwungen werden könnte (Keupp, 1997; Krappmann, 1997). Um ein reibungsloses Zusammenleben zu ermöglichen ist es für eine Gemeinschaft unabdinglich, allgemein gültige Normen zu setzen, die von jedem Mitglied des Kollektivs möglichst verinnerlicht und befolgt werden sollen.

Das Thema der Identität gewinnt in der heutigen, sich in einem Transformationsprozess befindlichen Gesellschaft und infolge weitreichender Veränderungen auf sozialer und kultureller Ebene an Brisanz. Neue Perspektiven und veränderte Anforderungen des sozialen Umfeldes an den Menschen lassen die Diskussion um die Identitätsbildung unter neuen Aspekten aufflammen. Erklärungsmodelle versuchen jeweils auf Basis der gerade vorherrschenden sozialen und kulturellen Bedingungen und daraus folgenden Ansprüchen an den Einzelnen das Wesen der Identität und ihre Ingredienzien zu beschreiben. Der Umbruch der Wertevorstellungen und der sozialen Gefüge in der Gegenwart ergeben veränderte Erwartungshaltungen an eine gelingende Identitätsbildung (Keupp, 1997; Keupp, 2012; Krappmann, 1997). Speziell der Anspruch auf Stabilität der inneren Verortung für ein identitäres inneres Gleichgewicht ist im Laufe der Entwicklung der heutigen postmodern genannten Welt ins Wanken gekommen. War in einer nicht so fernen Vergangenheit die Stellung des Einzelnen nicht nur durch das Eingeboren sein in eine soziale Schicht und Geschlechtszugehörigkeit, mit einer

beruflichen und sozialen starren Positionierung ohne Aussicht auf einschneidende Veränderungsmöglichkeiten, eindeutig vorgegeben, regulierte zusätzlich ein straffes Generationensystem die soziale Aufgabenstellung, die dem jeweiligen altersgeschichteten Lebensabschnitt zukam (Göckenjan, 2000; Krappmann, 1997). Ein solches Normierungssystem verhinderte zwar einerseits eine freie, individuelle Lebensgestaltung, vermittelte aber andererseits Halt und Sicherheit, indem ein eng vorgegebener Entscheidungsspielraum Abweichungen keinen Platz bot und Anpassungserfordernisse, die das innere Gleichgewicht stören könnten, nicht notwendig machten.

In der gegenwärtigen Gesellschaft stehen Wertekategorien auf dem Prüfstand und haben vermehrt an Bedeutung eingebüßt. Traditionelle Rollen- und Geschlechtsbilder lösen sich auf, begleitet von gesellschaftlichen Umstrukturierungen, unsicheren Wertevorstellungen und tiefgreifenden Veränderungen der Arbeitswelt (Keupp, 2012; Krappmann, 1997; Lehr, 2007; Petzold, 2012). In einer sich rasant verändernden Welt der Anforderungen, sozialen Beziehungsstrukturen und -muster, dem Zurücktreten altruistischer Haltungen zugunsten einer fortschreitenden Individualisierung und des allgemeinen Wertewandels, steht der Mensch vor ständig wachsenden Anpassungsleistungen, um einerseits dem Anspruch seines sozialen Umfeldes gerecht zu werden und andererseits seine subjektive Integrität zu wahren. Die stabilisierende Wirkung von eindeutigen religiösen, politischen oder kulturellen Deutungsmustern, die gleichsam als vorgegebene Entwurfsschablonen den Aufbau der eigenen individuellen Lebensbiographie stützten und auf die bei Passungsproblematiken als ordnender Rahmen zurückgegriffen werden konnte, verlieren in dieser Wandlungsdynamik an regulierender Kraft (Keupp, 1997). Das Zusammenwirken des Bedürfnisses des Menschen in der Suche nach seiner Identität, nach eigener unverwechselbarer Einzigartigkeit einerseits, verbunden mit dem Streben nach Gemeinsamkeit und Anerkennung durch Andere andererseits, ergibt ein dynamisches System, ausgerichtet auf die ‚...Herstellung einer Passung zwischen dem subjektiven „Innen“ und dem gesellschaftlichen „Außen“...‘ (Keupp, 2000, S. 2), die infolge der destabilisierenden Einflüsse ins Ungleichgewicht geraten.

Der Begriff Identitätsentwicklung in der heutigen postmodernen Diskussion moduliert sich aus einer veränderten Perspektive im Identitätsdiskurs, aus dem Vermögens des

Menschen zur kontinuierlichen Veränderung der eigenen Identität, um in einem permanenten Prozess der Veränderung und Anpassung mit den Anforderungen seiner Umwelt im Gleichklang zu stehen und ihnen zu entsprechen. In diesem Sinn erfordert die Ausformung einer Identität einen rastlosen Prozess der Passung (Keupp, 1997; Keupp, 2012; Krappmann, 1997; Staemmler, 2015).

Der Maßgabe kultureller Einwirkungsgrößen auf die Ausbildung der Identität nähert sich Staemmler (2015) aus einer entwicklungspsychologischen Perspektive, wonach das heranwachsende Kind nicht von Vornherein aus einer inneren Gesetzmäßigkeit und Drang über die Fähigkeit verfügt, allein ordnende und organisierende Strukturen zu schaffen, sondern Erwachsene darauf Einfluss nehmen, wie die Erfahrungen im Kind richtungsgelenkt werden und sich in ihm organisieren. Diesem Gedankengang folgend, entsteht der Lebensraum eines Kindes zum überwiegenden Teil aus dem Transfer kultureller Eigenheiten, die jedoch nicht statisch verbleiben, sondern veränderbar sind. Menschen sind in soziale Gruppen mit spezieller Konstruktion der Sprache, der Moral, Recht, Wissenschaften und der sozialen Zusammenhänge mit bestimmten, auf Dauer angelegten Regeln und Verhaltensanleitungen hineingeboren, die identitätsformend wirken. Einer Kultur sich zugehörig fühlen bedeutet Sicherheit und vermittelt durch das Gefühl der Anerkennung und Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft letztendlich die Stärkung des eigenen Identitätsbewusstseins.

In einem Seitenblick auf die Haltung der Gestalttherapie zu den Forderungen der Postmoderne nach einer ständig wechselnden, sich neu verpassenden Identitätsformung und damit wachsenden Belastungserwartung an das Beziehungswesen Mensch, verweist die Integrative Gestalttherapeutin Nausner (2004) auf den möglichen Beziehungsverlust zur Welt, verursacht durch die verstärkte Tendenz zur Individualisierung, den Anpassungsdruck an eine globale Welt, eine beginnende innere Heimatlosigkeit, einem Abhandenkommen der Verortung. Die Autorin bezieht sich in ihrer Auffassung auf Goldsteins Annahme, dass eine größer werdende Disharmonie der Balance zwischen Organismus und Umwelt Angst generiert und sich in dementsprechenden Störungen, wie Angsterkrankungen, niederschlägt (Nausner, 2004).

Aber auch die theologische Identitätsforschung (Klessmann, 2012) nimmt die derzeitigen Gesellschaftsentwicklungen und ihren Einfluss auf die intrapsychischen

Prozesse mit Bedenken wahr. Über Jahrhunderte übernahmen Religionen die Stützungsfunktion zur Identitätsbildung mit ihren rituellen Abläufen im Lebenszyklus, den Vorgaben zur Lebenshaltung für ein erfülltes Leben und vor allem durch die Anerkennung des Einzelnen mit der Einbindung in eine Wertegemeinschaft. Damit bekennt sich im theologischen Sinn Religion zu der Aufgabe, sinngebend die individuelle und gemeinschaftsbezogene Identität zu stiften, zu bestätigen, zu lenken und zu festigen. Die Bedeutung der Sinn und Sicherheit vermittelnden, lenkenden Funktion über die gesamte Lebensspanne spiegelt sich in der Identitätstheorie von Erikson (1988/2016) über die im Lebenszyklus zu durchlaufenden Entwicklungsstufen wider. Eriksons Theorie wird in der Darstellung verschiedener Identitätstheorien im Weiteren noch vertieft betrachtet. Aus Sicht der theologisch geprägten Identitätsforschung bildet sich die Identität „...in ständiger Konstruktions- und Passungsarbeit zwischen kollektiven Vorgaben und Erwartungen einerseits, individuellen Wünschen und Fähigkeiten andererseits; gleichwohl wird man sagen müssen, dass vorgängige Anerkennung einen zentralen, wenn nicht sogar den primären Anteil in diesem Prozess darstellt“ (Klessmann, 2012, S. 180). Klessmann (2012) verweist in diesem Zusammenhang auf die tiefe Bedeutung der Anerkennung und Wertschätzung durch ein Gegenüber und im Rahmen des sozialen Umfeldes. Aus der theologischen Weltsicht wird der Einfluss des Wertezwangs, die Veränderung der sozialen Welt und Sicherheitsverlust auf die Identitätsbildung des Menschen als verhängnisvoll wahrgenommen. Bildeten religiöse Vorstellungen bis zur Gegenwart einen stabilen Rahmen im kollektiven Zusammenspiel gesellschaftlicher und individueller Wertevorstellungen, werden die tradierten, allgemein gültigen Muster nunmehr in Frage gestellt und individuell nach eigenem Gutdünken jene Fragmente ausgewählt, welche dem eigenen Wohlbefinden entsprechen und jene verworfen, die subjektiv auf die eigene Person bezogen, befremdlich erscheinen.

Klessmann (2012) bezieht sich in seiner Besorgnis auf die Bedeutung des Urvertrauens, das als eine, von den Eltern dem Kind vermittelte, verinnerlichte Erfahrung von Sicherheit und in der Welt verankert sein anzusehen ist, eine feste Basis zu einer gelungenen Identitätsbildung. Dieser Beitrag zur Identitätsbildung kann nur geleistet werden, wenn Eltern Vertrauen und Sinnhaftigkeit im eigenen Leben finden. Ein solches Grundvertrauen kann in einem Milieu der Unüberschaubarkeit und steten Veränderlichkeit ohne stabilisierende Wertvorstellungen nicht wachsen, solide zwischenmenschliche Beziehungen verlieren an Realisierungskraft. Verdeutlichen lässt

sich die festigende Wirkung, das Angenommensein in der Gemeinschaft und damit die Stabilisierung der Persönlichkeit durch religiös symbolische Handlungsrituale zur Aufnahme in die Gemeinschaft, beispielsweise die Taufe. Die haltgebende und richtungsweisende Funktion der Religion erfüllt sich in ihrer Erfassung des Lebenskreislaufes in seiner Ganzheit, den dogmatischen Aussagen über den Ursprung, die Bestimmung und die Ziele des Lebens. Der Verfasser (Klessmann, 2012) beruft sich in seiner Abhandlung über die sich abzeichnende Änderung von Identitätsbildern auf Erikson und wirft die Problematik einer zunehmenden Individualisierung mit Sicht auf die Identitätsbildung allein als Projekt der Machbarkeit, ausschließlich abhängig von der Eigenleistung, auf. Der Umgang mit substantiellen menschlichen problembehafteten Lebenssituationen, wie Verlusterfahrungen, Krankheit, Scheitern, Armut oder Alter(n) ändert sich in eine Richtung, die die Benachteiligung der Menschengruppen, die vermehrt solchen Krisensituationen ausgesetzt und demzufolge in ihrer Identitätsentwicklung erschüttert sind, zunehmend erwarten lässt. Aus Blickpunkt des theologisch dominierten Standpunktes wird die Identität von Gott verliehen, der jedem Menschen gleichermaßen bedingungslose Wertschätzung zuspricht. Die gegenwärtig sich in Veränderung befindlichen Wertehaltungen und fortschreitenden Individualisierungs- und Perfektionierungstendenzen lassen befürchten, dass künftig Menschen, die diesen Ansprüchen nicht genügen können, der Diskriminierung und Ausgrenzung ausgesetzt werden könnten.

Die in dieser Arbeit bisher aufgezeigten, unterschiedlichen Auffassungen und Definitionen von Identität, oft mit einem gemeinsamen visionären Kern behaftet, verdichten sich in Identitätstheorien, der Sicht auf die Entwicklung der Identität im gesamten Lebensverlauf. Im folgenden Abschnitt zu diesem Thema werden im Rahmen der Identitätsdiskussion im europäischen Raum bedeutende Identitätstheorien aufgezeigt.

1.2 Identitätstheorien

Dem Gebäude der Identitätstheorien voranzustellen ist die explizite Beschreibung des Wesens einer Theorie, um mögliche Annahmen eines generellen, allumfassenden Geltungsbezuges hintanzuhalten. Theoriegebilde stellen Modelle der Realität aus einem spezifischen Anschauungswinkel heraus dar, die einen speziellen Realitätsausschnitt

beschreiben und erklären, und sind auch als solche zu betrachten. Sie dienen unter anderem dazu, Prognosen über die künftigen Entwicklungen zu erstellen und dementsprechende Empfehlungen für zukünftiges Handeln abzugeben. Sie entstehen auf Grund von Beobachtungen oder bauen auf bereits vorhandene Theorien auf (Tesch-Römer, 2010)

Identitätstheorien stehen mit den kulturellen und sozialen Zuständen, geistigen Haltungen und Normvorstellungen, aber auch dem wissenschaftlichen Fortschritt zum Zeitpunkt der Gestaltung der speziellen Theoriebildung stets in räumlichem und zeitlichem Bezug. Sie unterliegen der Neigung der Gesellschaft, eine Vorstellung von Identität als kollektives Muster auf alle Mitglieder einer Gemeinschaft zu übertragen und infolgedessen normativen Charakter anzunehmen (Göckenjan, 2000; Lehr, 2007). Im Weiteren wird ersichtlich werden, dass manche Inhalte von Identitätstheorien auch im Wandel der Zeit und in Abkehr der Anschauungen überdauern und auf die Sicht, wie Identität denn aufzufassen sei, meinungsprägend auch in der Gegenwart nachwirken. Gleichlaufend können Identitätstheorien auch visionären Charakterzüge in Bezug auf mögliche Entwicklungstendenzen der Identität in einer künftigen Welt aufweisen. Die folgenden Identitätstheorien stammen aus unterschiedlichen Zeitperioden und verschärfen die Sicht auf Entwicklungen und überdauerndes menschliches Gedankengut.

1.2.1 Der dialogische Identitätsansatz nach Buber

Der dialogische Ansatz des Religionsphilosophen Martin Buber (1954/2017) entstand in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts und erfasst die Natur des Menschen als Beziehungssystem. Bubers Theorie wurzelt in einer theologischen Auffassung vom Sein, in der sich die ewig existente Beziehung zum Allumfassenden, Gott, widerspiegelt. Die Identität des Menschen formt sich stets in Relation zu dem ihn umgebenden Umfeld, dem menschlichen Gegenüber und der dinglichen Welt. Buber (1954/2017) veranschaulicht diese Haltung mit dem zwiefältigen Prinzip der menschlichen Identitätsbildung: „Es gibt kein Ich an sich, sondern nur das Ich des Grundworts Ich-Du und das Ich des Grundworts Ich-Es“ (S. 10) und weiter „Die Welt als Erfahrung gehört dem Grundwort Ich-Es zu. Das Grundwort Ich-Du stiftet die Welt der Beziehung“ (Buber, 1954/2017, S.12). In der Ich-Du Beziehung realisiert sich die Möglichkeit des Menschen

in und zur Welt zu sein, in der Fähigkeit zur tiefen zwischenmenschlichen Begegnung im Augenblick des gegenwärtigen Geschehens. Es ist keine einseitige Beziehung, sie erfordert die Bereitwilligkeit des Anderen, in gegenseitige Begegnung zu treten, in einen dialogischen Prozess. Hinter dem Grundgedanken Bubers zum Ich-Du als die Beziehung von Mensch zu Mensch steht die Urbeziehung zu Gott als dem ewigen „Du“. Dagegen sieht Buber in der Ich-Es-Beziehung die Begegnung mit der dinglichen Umwelt, die Welt des Erkennens der Welt, in der jemand lebt und ihre Nutzbarmachung, eine einseitige Erfahrung, als mögliche Verkörperung im einseitigen Streben nach Erfolg, materiellen Werten. Diese Art der Erfassung ist unverzichtbar, sie ist eine Form des Selbstverständnisses und Sicherheit der Wahrnehmung in der Welt zu sein, nicht aber, mit ihr verbunden zu sein. In der Distanzierung, der Ich-Es Wahrnehmung, wird die Welt und damit auch ein anderer Mensch zum Objekt, zu einer Sache, die funktional und zweckorientiert betrachtet und instrumentalisiert wird. Schmidt-Lellek (2004) beschreibt das Verhältnis Ich-Es treffend als Distanzierung des „...Subjekt vom Es, dem Objekt“ (S. 59), einer monologischen Erfassung der Welt. Erst in der Ich-Du Haltung, in der mit dem Gegenüber, in gegenseitiger vorbehaltloser Anerkennung, in eine empathisch geprägte, gegenseitige Beziehung getreten wird, verifiziert sich die dialogische Form der Beziehung.

Aus beiden Formen der Erfassung dieser Welt bildet der Mensch seine Wirklichkeit. Ich-Es als Distanz und Ich-Du als Beziehung stehen in einem ständigen Wechselspiel zueinander. Die Wahrnehmung der eigenen Identität, die gelungene Abgrenzung des Ichs von seinem Umfeld, die Kontaktgrenze, kann nur im Rahmen der Begegnung mit einem anderen Menschen oder mit seinem dinglichen Umfeld generieren.

Buber (1954/2017) beschreibt diese Vorgänge mit folgenden Worten: „Die Eswelt hat Zusammenhang im Raum und in der Zeit. Die Duwelt hat in Raum und Zeit keinen Zusammenhang. Das einzelne Du *muß*, nach Ablauf des Beziehungsvorgangs, zu einem Es werden. Das einzelne Es *kann*, durch Eintritt in den Beziehungsvorgang, zu einem Du werden“ (S. 39).

Die Auffassung Bubers von der Bedeutung der dialogischen Beziehung für die Bildung und Entwicklung der Identität ging als Grundfeste in das Lehrgebäude der Gestalttherapie ein und artikuliert sich in den Werken zahlreicher gestalttherapeutischer

Autoren (Hartmann-Kottek, 2004, 2008, 2012; Schmidt-Lellek, 2004; Staemmler, 2015; Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017).

Bubers Theorie über das menschliche Dasein, basierend auf hochkomplexen Umfeld- und Beziehungszusammenhängen, bewahrt auch in einer gewandelten gegenwärtigen postmodernen Welt in ihrer grundlegenden Aussagekraft weiterhin ihre Geltung. Die Bedeutung der Ich-Du Beziehung erwächst als innere Verortung und Stabilität, als Urvertrauen, die Kernsubstanz der Identität bildend und bewahrend. Auf dieser Basis, im Bewusstsein der eigenen inneren Stabilität, kann den heutigen sozialen Forderungen nach multiplem, rasch wechselndem Passungsverhalten an gesellschaftliche Verhältnisse, bewusster und angemessener entgegengetreten werden.

1.2.2 Psychosozialer Entwicklungsansatz nach Erikson

Einen andersartigen Ansatz über Identitätsbildung und -weiterentwicklung vertritt Erikson (1988/2016) Mitte des 20. Jahrhunderts mit seinem Konstrukt der psychosozialen Entwicklung, in einem phasenspezifisch angelegten Modell. Seine Vorstellungen fußen einerseits in psychoanalytischem Gedankengut, andererseits in der zu dieser Zeit an wachsender wissenschaftlicher Bedeutung gewinnenden Entwicklungspsychologie. Als fortschrittlich an seinem Phasenmodell zeigt sich die Einbeziehung der sozialen Dimension, der er in einem Feld stetig sich verändernder Anforderungen der sozialen Umwelt eine bedeutende Rolle für die psychische Entwicklung des Menschen zumisst. Erikson betont jedoch, dass sich die Kraft der psychischen und sozialen identitätsstiftenden Entwicklungsprozesse nur in Abhängigkeit von grundlegenden somatischen Prozessen, die mit den jeweiligen Lebensphasen verbunden sind, entfalten kann (Erikson,1988/2016).

Erikson (1988/2016) unterteilt die Entwicklung und Aufgabenstellung der menschlichen Identität im Lebenszyklus in acht Phasen. Jede Phase besitzt nach diesem Identitätskonzept eine eigene zentrale Entwicklungsaufgabe, bei deren Bewältigung es zu entwicklungssymptomatischen Krisen kommt, die durchlaufen werden müssen, um erfolgreich die nächste Entwicklungsstufe erreichen zu können. Wenn nicht, entstehen psychische Störungsfelder, die die Bewältigung des nächsten Entwicklungsabschnittes behindern. Erikson (1988/2016) betont, „...daß die Lebensphasen durchwegs an somatische Prozesse >>gekoppelt<< bleiben, auch wenn sie von psychischen

Prozessen der Persönlichkeitsentwicklung und der ethischen Kraft sozialer Prozesse abhängig bleiben.“ (S. 75). Im Alter stehen die Prozesse Integrität versus Verzweiflung im Vordergrund. In dieser letzten Lebensphase ortet der Autor als Grundtendenz Verzweiflung angesichts des nahenden Endes, der nachlassenden Lebensfunktionen, Verluste des sozialen Umfeldes und der mangelnden persönlichen Zukunftsvisionen. Eine erfolgreiche Bewältigungsstrategie der speziellen Krise des letzten Abschnitts des Lebenszyklus ist in der Findung von Integrität zu suchen, die authentisch die eigenen Werte leben lässt und sich ohne Hader mit der Unabwendbarkeit des Todes auseinandersetzt. Im Vordergrund steht eine würdevoll-generative Funktion, die Weitergabe der Werte der Kultur und Gesellschaft an die Jugendgeneration (Erikson, 1988/2016). Damit ist der Lebenskreislauf geschlossen. Wird in dieser Phase keine befriedigende Lebensbilanz gezogen und keine erfolgreiche Auseinandersetzung mit dem Tod, Krankheit und Leid, verbunden mit deren Anerkennung, erzielt, prägen Angst, Verzweiflung über die Unabwendbarkeit des Todes oder Lebensekel diesen letzten Lebensabschnitt.

Eriksons Phasenmodell erscheint als ein universell geltender, in einer vorgegebenen Abfolge verlaufender Prozess. Das Stadium der ausgebildeten Ich-Identität sieht der Verfasser (Erikson, 1988/2016) in der Phase der Adoleszenz erreicht und setzt voraus, dass die früheren Entwicklungsstufen und damit verbundenen Krisen erfolgreich gelöst und weitergehende Kompetenzen zur Bewältigung der folgenden Entwicklungsaufgaben erlangt wurden. Ausdrücklich wird in dieser Theorie betont, dass die Identitätsentwicklung nicht mit der Adoleszenz vollständig abgeschlossen ist, sondern dem Menschen auch weiterhin dem folgenden Phasenverlauf entsprechende Regulierungsmechanismen abverlangt. Eriksons Modell unterlegt das Paradigma einer regelhaften, linear verlaufenden Kontinuität und Berechenbarkeit der persönlichen und gesellschaftlichen Abläufe und Entwicklungen. Eriksons Theorie (1988/2016) vermittelt unmissverständlich Halt. In seinem Konzept bietet er die Sicherheit vorgegebener Rollen und Entwicklungen, verbunden mit dem Bewusstsein um einen vorgegeben, kontinuierlich ablaufenden Eintritt heranwachsender Menschen in ein tradiert stabiles gesellschaftliches Gemeinwesen, in dessen Mitte auf die Gewissheit eines zukünftigen Werdegangs vertraut werden kann (Keupp, 2012; Krappmann, 1997).

Eriksons Theoriegebilde entstand in der Mitte des 20. Jahrhunderts, in dem die Wirren und Entbehrungen der Kriegsgeschehnisse des 2. Weltkrieges noch nachwirkten, geprägt von Unsicherheiten und dem Wunsch nach Ordnung und Stabilität. Daher ist durchaus nachvollziehbar, dass ein vorgegebenes Regelwerk, das über die Vorgabe eines vorhersehbaren, kontinuierlichen Entwicklungsablaufes, der den eigenen Lebensverlauf in und mit gesellschaftlichen Rahmenbedingungen im Sinne von Sicherheit und Beständigkeit ordnet, tiefen Nachhall fand.

Das Stufenmodell der Lebensphasen hat auch heute nicht an Bedeutung verloren, wird aber insbesondere darin kritisiert, dass es universellen Anspruch erhebt, und andersartige kulturelle, gesellschaftliche und persönliche Gegebenheiten und Entwicklungsformen nicht berücksichtigt (Kruse & Wahl, 2010; Lehr, 2007).

Auch gegenwärtig vollzieht sich ein Prozess der Verunsicherung, ein Verlust der werterhaltenden Qualitäten. In einer postmodernen Welt verlieren generativ überlieferte Normen und Traditionen an Stellenwert, mit der Gewissheit ob einer gesicherten und gefestigten Identität ist gebrochen (Keupp, 2012).

Nicht zuletzt wird aus theologischer Sicht, verhaftet mit generativem Gedankengut und tradierten Werten, diese Entwicklung mit Bedenken beobachtet. Klessmann (2012) bezieht sich auf das Identitätsmodell von Erikson (1988/2016) als stärkende Kraft, ein Weltbild, das mit seinem Wertesystem und generativen Funktionen geeignet ist, Urvertrauen, und damit eine stabile Identitätsbasis auf persönlicher und kollektiver Ebene zu schaffen und zu bestätigen.

Erikson (1988/2016) sieht in einer Zeit der wachsenden Bedeutung von Technik und Wissenschaft eine Hinwendung zu logischen und technischen Prinzipien, die Vermehrung antipathischer Tendenzen, die die gemeinschaftlichen Ordnung, die notwendige Wechselbeziehung zwischen Mensch und Umwelt ins Ungleichgewicht bringen und bedrohen. Mit dieser Vision der Ablösung von streng kollektiven Wertausrichtungen steht diese Überlegung Eriksons durchaus im Gleichklang mit den Thesen neueren Identitätstheorien und den derzeit realen Gesellschaftsentwicklungen, wie bereits bei Krappmann (1997) erwähnt.

Folgend entwickelten sich in den 60-er Jahren des vorigen Jahrhunderts unterschiedliche Ansätze und Theorien zur Identitätsbildung aus variierenden Perspektiven. Erwähnt sei der Ansatz von Mead (Košurok, 2010), der Identität als stete

Anpassungsleistung des Individuums an die Erwartungen der Gesellschaft auffasst, wobei gesellschaftliche Verhaltenserwartungen, die an soziale Rollen geknüpft sind, zu erfüllen sind. Es handelt sich um einen Balanceakt der Interaktion in der Abwägung zwischen Zuschreibungen und Erwartungen an das Individuum und der Erfüllung von individuellen Wünschen und Bedürfnissen, um soziale Anerkennung zu finden. Die Befriedigung der eigenen Bedürfnisse als zentrales Thema der Identität, erscheint maßgeblich vom Ergebnis der sozialen Interaktionen abhängig. In den Überlegungen von Staemmler (2015) gilt das „in besonderem Maße für Menschen, die in einer stark arbeitsteiligen, postmodernen Gesellschaft leben und auch ihre primären Bedürfnisse kaum noch befriedigen können, ohne sich auf soziale Interaktionen einzulassen, die eine weitgehende Aktivierung ihrer reflexiven Selbstdimension nötig machen“ (S. 262).

1.2.3 Identitätstheorien der Postmoderne nach Krappmann und Keupp

Krappmann (1997) konzentriert sich in seiner Diskussion der Identität auf die Problematik der Balance der Interessen zwischen Individuum und Gesellschaft. Identität präsentiert sich in zwiespältiger Konsistenz. Einerseits als persönliche, individuelle, geprägt durch die unverwechselbare, subjektive Historie und daraus generierenden speziellen Handlungsalternativen, andererseits gebunden als gesellschaftliche Erwartungen an die soziale Identität. Aus der Sicht dieses Autors (Krappmann, 1997) bedarf es zur gelungenen Identitätsbildung grundsätzlich der Anerkennung durch Andere. Ausgehend vom Erfordernis der schwierigen Balance zwischen divergierenden Ansprüchen entwickelt sich die Gedankenfolge, welche Kompetenzen zur Erreichung und Stärkung der Identität wesentlich sind, wobei Krappmann die Fähigkeit zur beständigen, beharrlichen Sinnaushandlungen mit den Anderen in den Vordergrund einer gelungenen Identitätsarbeit stellt.

Krappmann (1997) weist im gegenwärtigen Diskurs auf die hohen Anforderungen hin, die an den heutigen Menschen jeder Altersstufe gestellt werden. Boten Werterhaltungen, Ritualisierungen im Übergang der Lebensphasen Unterstützung bei deren Bewältigung, führen deren Auflösung zur Verunsicherung bei der Auslotung der eigenen Stellung und zur möglichen Identitätsdiffusion. Es besteht die Tendenz, dass der Einzelne dazu aufgerufen erscheint, aus einer breiten Palette von offenstehenden Möglichkeiten, die miteinander im Widerspruch stehen können, auf sich allein zurückgeworfen, frei zu wählen und sich auf diesem Weg einen Sinn des Lebens selbst zu konstruieren. Infolge

der Vielzahl an oft einander widersprechenden Alternativen zur Wahl einer Identitätsausrichtung, auch im Sinne der möglichen Zugehörigkeit zu einer Gruppe, die die notwendige Anerkennung verspricht, wird der identitätsbildende Prozess der Aushandlung der eigenen Identität am Gegenüber erschwert und erfordert vom Einzelnen eine Beschleunigung der intrapsychischen Auswahl der geeignetsten Variante zur Entwicklung der subjektiven Identität.

Die sich nach den Regeln einer postmodernen Gesellschaft neuformierende Identität benennt Krappmann (1997) als „...>>balancierende Identität<<...“ (S. 81). Sie beinhaltet die Anstrengungen zur Identitätsgestaltung, die aus der Vielzahl der einströmenden verschiedenartigen und widersprüchlichen Informationen nach eigenen Gestaltungsvorgaben zu bilden ist und ständig neu ausverhandelt und austariert werden muss. Dennoch besteht nach diesem Konzept die Forderung nach der Beibehaltung grundsätzlicher menschlicher Beziehungsprinzipien, einer intersubjektiv internalisierten Moral der Gerechtigkeit und des zwischenmenschlichen Fürsorgegedankens, ohne die Identitäten in sich keine Stabilität finden können und unterschiedlichsten Ausformungen von Willenslenkung, Beeinflussungen und Machtsystemen ohne Gegenwehr preisgegeben wären. Diese Entwicklung betont die Bedeutung wichtiger Personen, die diese Grundfunktionen vermitteln. Misslingt der Prozess, bleibt der Mensch in der Entwicklung seiner Identität hängen, bzw. kommt es zu einer Identitätsdiffusion.

In seiner Theorie der „...Patchwork-Identität...“ schließt sich Keupp (2012, S. 95) in seiner Konzentration auf die Anforderungen an die Identitätsentwicklung in der postmodernen Welt der Ansicht von Krappmann (1997) an.

Nach der Auffassung von Keupp (2012) kann Identität umfassend als das Wissen um jene Merkmale, Eigenarten und Handeln eines Menschen, die ihn zu einer einzigartigen Persönlichkeit machen, so dass er von sich behaupten kann, dass er tiefinnerlich unverwechselbar diese Person sei, im Augenblick oder über längere Erlebensperioden hinaus, verstanden werden. Identität beschreibt sich in diesem Sinn als stabile, innere Verortung des sozialen Wesen Mensch in sich und im Austausch mit seinem sozialen Umfeld, in steter Passung zwischen subjektiver Innenwelt und gesellschaftlichen Außenbedingungen zur individuellen Sinnggebung und Bedürfnisbefriedigung.

Identität im gelungenen Sinn soll sowohl das unverwechselbare Individuelle als auch das sozial Verträgliche zum Ausdruck bringen. In Definition von Keupp (2012) bildet

Identität „...ein selbstreflexives Scharnier zwischen der inneren und der äußeren Welt“ (S. 79). In der heutigen postmodernen Welt gerät das homöostatische Gleichgewicht mit seinem Anspruch nach sozialer Verortung infolge kultureller und sozialer Umbrüche ins Schwanken. Werte und Bedingungen verlieren an Bedeutung, der Mensch ist auf sich selbst zurückgeworfen. Verstärkt muss dann das Instrument der Individualisierung zur Stabilisierung einer Identität in den Vordergrund des Ausgleichsbestrebens rücken. Diese Tendenzen erscheinen durchaus ambivalenter Genese. Wird Individualisierung einerseits als Abbau von wertedefinierten Verpflichtungen und Bindungen im Sinne von Befreiung von hemmenden Normen für den Einzelnen verstanden, besteht andererseits Zwiespältigkeit bei der Herstellung einer Identität infolge weitreichender Auflösung sozialer Bindungen und gesellschaftlicher Entfremdung (Keupp, 2012). Die Identitätsarbeit kann in diesem Fall nicht mehr mit den Sicherheiten altbewährter Wertvorstellungen vollzogen werden, sondern unterliegt einer ständigen Passung an permanent sich ändernden Bedingungen und Anforderungen, die eine stabile Identitätsbildung erschweren. Diese Fakten führen zu dem Schluss, dass der Mensch in seinem Bestreben nach identitärer Verortung vermehrt auf seine intersubjektiven Fähigkeiten zur Ausbildung einer Identität angewiesen sein wird. Die Aufgabenstellung steht an, aus den differierenden Bruchstücken der Erfahrungen individuelle, sinnhaft zusammenhängende persönliche Konstrukte zu figurieren. In seiner Vision der künftig maßgebenden Identitätsarbeit entwickelte Keupp (2012) folglich für diesen Prozess der Individualisierung die Bezeichnung der „...Patchwork-Identität...“ (S. 95). Er versteht darunter die kreative Fähigkeit des Menschen, alltägliche Erfahrungselemente, individuell verknüpft, in einen subjektiv sinnhaften Zusammenhang zu bringen, so dass zusammengesetzt spezielle Muster der Identität entstehen. Dieser Auffassung über die gegenwärtig und künftig neu gestellten Anpassungsanforderungen an die Identität nahe rückt Bilden (1997) mit der Ansicht, dass die Vielzahl der auf das Individuum einströmenden, divergierenden Eindrücke in kultureller, werte- und lebensformmäßiger Art es notwendig machen werden, die innere Vielfältigkeit und Wendigkeit im Rahmen seiner Identitätsbildung zu entwickeln, um den Ansprüchen der Welt gerecht werden zu können.

1.2.4 Dialogische Selbsttheorie nach Staemmler

Staemmler (2015) geht in der Strukturierung einer Identitätstheorie vom Begriff der „...dialogischen Selbsttheorie“ (S. 167) aus. Er lehnt sich mittels dieses Ansatzes an das dialogisch geprägte Gedankengut Bubers an, orientiert am gedanklichen Konzept der Dialogizität, als deren Vertreter er unter anderem Markovà anführt (Staemmler, 2015, S. 168). Dialogizität (Staemmler, 2015) besagt, dass die Entwicklung des Selbst sich nur in den Interaktionen mit anderen Menschen, der Begegnung mit der Andersartigkeit des Anderen begründen kann. Dies erfolgt in Form einer kreativen Aneignung von Interaktionserfahrungen bereits vom Beginn der kindlichen Entwicklung an, wobei der Mensch in einer ihm individuell eigenen Art und Weise die Erfahrungen, die am Anderen gemacht wurden, transformiert in eigene Verhaltensweisen übernimmt. Nie steht das Selbst im Anbeginn, sondern der Kontakt und Dialog mit den Anderen, durch die der Mensch in die speziellen kulturellen und gesellschaftlichen Bedingungen seiner Umwelt eingeführt wird. In diesem Sinn können Menschen nicht abgelöst von aufeinander bezogenem Handeln mit den Anderen ein Selbst entwickeln, vielmehr ist der Mensch auf den Austausch mit anderen ausgerichtet, immer wieder die Fortsetzung der Kommunikation im Falle des vorübergehenden Abbruchs suchend oder im inneren Selbstgespräch den Dialog weiterführend. Dialogizität (Staemmler, 2015) umfasst die stete Verbundenheit und untrennbare Bezogenheit des Selbst zu den Anderen, in all ihrer ihrer Varietät und Vielfalt, aber auch zu sich selbst. Konnten stabilisierende Beziehungserfahrungen ausreichend vermittelt werden, formt sich verstärkt die Fähigkeit zur Selbstreflexion, zum Hinterfragen der eigenen Haltungen und Denkweisen, ein dem Menschen vorbehaltenes spezifisches Potential. Es handelt sich dabei um eine angeborene Kompetenz, deren Reifung davon abhängig ist, inwieweit ein Mensch erfahren hat, selbst von Anderen in reflektiver Weise betrachtet zu werden (Hüther & Petzold, 2012). Erst die Erfahrung am Mitmenschen begründet das eigene Menschsein. Ungünstige Umfeldbedingungen können die Ausbildung und Weiterentwicklung der Reflexionsfähigkeit hemmen bzw. verunmöglichen. Ein solcher Mangel verhindert die, eigene im Gehirn verfestigte Denkmuster zu hinterfragen und diese zur Findung neuer Lösungsvarianten zu korrigieren. Die Umsetzung innovativer Gedanken und Vorstellungen war stets ein Garant für den Erfolg einer Gemeinschaft und seiner Mitglieder. Selbstreflexion und -erkenntnis gelten als Bodensatz für Selbstverantwortung und Selbstbestimmtheit. Konnte diese Fähigkeit nicht entfaltet

werden, besteht die Neigung, Denkweisen und Überzeugungen anderer, insbesondere, wenn hoher sozialer Druck ausgeübt wird, ungeprüft zu übernehmen (Hüther & Petzold, 2012). Die dialogische Selbsttheorie soll die Bewusstheit schaffen, was es bedeutet ein Selbst zu verkörpern, entstanden in der und ausgerichtet auf die Interaktion mit den Anderen, um im Austausch mit ihnen das eigene Selbst verstehen zu lernen und weiter zu entwickeln.

Staemmler (2015) fügt in seinem Diskurs zur Bildung einer Theorie des Selbst den der Dialogizität nahe stehenden Begriff der „Pluralität“ (Staemmler, 2015, S.174) hinzu, der in der Debatte über die Entwicklungen und Auswirkungen der gegenwärtigen Bedingungen einer postmodernen Welt auf die Identität des Menschen nachhaltige Bedeutung erhält. Die Sichtweise der Pluralität geht von der Annahme aus, dass bei der Entwicklung des dialogischen Selbst eine Mehrzahl an Beziehungserfahrungen gemacht werden, die jede in einer speziellen, eigenen Form transformiert, zu eigen gemacht werden. Abhängig von diesen unterschiedlichen Interaktionen und Kontakterlebnissen bilden sich verschiedene Erlebensweisen des Selbst heraus, es wird vielschichtig und besitzt abhängig von seinen getätigten Interaktionen ein Kompendium von sozialen Selbstteilen, anders definiert, verfügt das Selbst über zahlreiche Facetten. In Bezug auf die Anforderungen, die eine postmoderne Welt im Zuge von Umbrüchen, Wert- und Stabilitätsverlusten an ein permanent kreatives Anpassungsverhalten des Menschen an ständig wechselnde Gegebenheiten stellt, kann sich das Selbst, bedingt durch die Eigenschaft zur Vielschichtigkeit und in diesem Sinne befähigt zur Findung neuer Passungsvarianten, in den Interaktionsprozessen in einem subjektiv definierten, bestimmten Ausmaß stabilisieren, regulieren und neu orientieren (Staemmler, 2015).

Analog dazu versteht sich die Auffassung von Petzold (2012) von Identität als „....Schnittstelle von Individualität und Kollektivität, Privatheit und Gesellschaftlichkeit, **Unizität** und **Plurizität**....“ (S. 513).

Identität begründet sich in der Verschränkung von Selbst- und sozialen Fremdzuschreibungsprozessen. Sie ist kein starres Konstrukt, sondern flexibel, gestalt- und veränderbar im Prozess der Identitätsarbeit. Stützende, starke Selbstzuschreibungen mit ihrem Auswirkungspotential auf eigene Haltungen und Verhalten können den Charakter von identitätsstiftenden - und verändernden Qualitäten annehmen. Ein solcher positiver Prozess kann über korrespondierende Fremdzuschreibungen wichtiger Menschen weiter verstärkt werden. Diese Gedanken

flossen in die Überlegungen Petzolds (2012) zur Entwicklung eines Modells ein, welches die Identitätsbereiche in den Vordergrund rückt, die zu einer tragfähigen, stabilen Identität beitragen. Diesem Konzept der Identitätstheorie, den „Fünf Säulen der Identität“ widmet sich diese Masterarbeit umfassend im 2. Hauptabschnitt dieser Abhandlung, nicht zuletzt infolge ihrer Bedeutung für die therapeutische Praxis.

Der gezeichnete Identitätsdiskurs des 20.- und beginnenden 21. Jahrhunderts aus dem Blickwinkel verschiedenartiger wissenschaftlicher Positionen lässt elementare Gemeinsamkeiten in den Annahmen zur Identitätsbildung erkennen. Einig sind sich sämtliche Forschungsrichtungen über die Plastizität, die Formbarkeit des Gehirns. Davidson & Begley (2012) bezeichnen die Neuroplastizität des Gehirns als „....die Fähigkeit, seine Strukturen und Aktivitätsmuster signifikant zu verändern“ (S. 255) und weisen im Anschluss darauf hin, dass diese Fertigkeit nicht auf gewisse Lebensalter beschränkt ist, sondern über das gesamte Leben hin besteht. Aus der Sicht Damasio (2013) folgt das Gehirn den Mustern innerer Schaltpläne, die bei der Geburt entsprechend den genetischen Anlagen in individueller Art und Weise verknüpft sind. Im Laufe des Lebens erfahren diese Schaltpläne infolge von Einflüssen der Umgebung und individuellen Erfahrungen und Lernvorgängen Veränderungen, Modifikationen, Verfestigungen oder auch Neukonstruktionen. Dieses stete Veränderungspotentiale des Gehirns beschreibt sich mit den Worten des Autors (Damasio, 2013) als „Der Prozess, der bei der Geburt begonnen hat, setzt sich fort, bis wir aus dem Leben scheiden oder bis er einige Zeit zuvor durch die Alzheimer-Krankheit unterbrochen wird“ (S. 314). Dem schließen sich Birbaumer & Zittlau (2014) an, indem sie aufzeigen, dass der Neuroplastizitätsfähigkeit des Gehirns keine Altersgrenzen gesetzt sind, sie entwickelt sich in fortwährenden Lernvorgängen und Gedächtnisleistungen. Mit diesen wissenschaftlich fundierten Aussagen verdeutlicht sich, dass die neuroplastische Aktivität des Gehirns lebenslang währt, unterbrochen oder gestört, bzw. beendet, nur infolge von Krankheit, Verletzungen bzw. Tod des Menschen.

Unter diesen Prämissen verstehen sich Identitätsbildung und die Neuroplastizitätseigenschaft des Gehirns nicht als statische Gegebenheiten, sondern vollziehen sich als prozesshaftes Geschehen. Die Bildung einer Identität kann nur in Relation zum sozialen Umfeld vollzogen werden. Es handelt sich um wechselseitigen Interaktionsaustausch und Passungsvorgänge zwischen individuellen Bedürfnissen und Fremdsicht.

1.3 Alter(n) und Identität

Identitätsentwicklung vollzieht sich über die gesamte Lebensspanne hinweg ab der Geburt, aufbauend auf individuell angelegte Identitätsmerkmale und auf Basis der Erfahrungen und innerprozessualen Vorgänge, stetig sich verfeinernd und verändernd. Identitätskrisen können unabhängig vom Lebensalter entstehen, jedoch abhängig von der verursachenden Lebenssituation. Seitens der organischen Prozesse sieht die gegenwärtige Wissenschaft jedoch den Zenit des Wachstums- und Reifungsprozesses mit dem 30. Lebensjahr erreicht, gefolgt von einem kontinuierlichen, konsequenten Abbau der physiologischen Fähigkeiten, eine zunehmende organische Vulnerabilität, verbunden mit der Neigung zur Krankheitsentwicklung (Ding-Greiner & Lang, 2004). Dandekar (2004) beschreibt in seinen Ausführungen, dass die Sterbehäufigkeit mit der steten Reduktion der Organfunktionen ab dem 20. Lebensjahr steigt und in 10-Jahressprüngen, jeweilig zu einer Verdoppelung der Sterbefälle führt.

Entsprechend der Beschreibung physiologischer Vorgänge des Körpers besteht die Tendenz, die körperlichen Veränderungsmerkmale verallgemeinernd auf die psychischen Entwicklungsmöglichkeiten, im Sinne des Abbaus, umzulegen. Freund (2004) bezieht sich hinsichtlich der Entwicklungsaufgaben des Alter(n)s auf die Erwartungshaltung der Gesellschaft, dass in beruflicher aber auch familiär spezifischer Hinsicht von älteren Menschen ein nur geringer, bzw. kein Beitrag mehr zu erwarten ist. Da altersunangemessene Zielsetzungen mit sozialer Verurteilung und Sanktionierung verbunden sind, sollten sich Menschen den gesetzten sozialen Normen für ein bestimmtes Lebensalter beugen und gesellschaftlich goutierte altersangepasste Zielsetzungen verfolgen. Diese Beschreibung des Alter(n)s ist eine vorwiegend mit gesellschaftlichen Vorstellungen und Zielsetzungen zersetzte, zur Stereotypenbildung neigende Betrachtungsweise. Die vielfältigen Erscheinungsformen des Alter(n)s bleiben unbeachtet. Am Du zum Ich werden, diese These Bubers (1954/2017) bringen auch für den Alter(n)sdiskurs die Bedeutung der Fremdsicht, der Leitvorstellung des sozialen Umfeldes für die Entwicklung einer Identität, zur Bewusstheit. Die unhinterfragte Annahme eines Fremdbildes kann zur Integration desselben und weitreichenden Veränderungen in der Selbstsicht führen. Im Sinne der neurowissenschaftlich erwiesenen Zusammenhänge von körperlichen und psychischen Vorgängen (Damasio, 2013) sprechen Amendt-Lyon et.al. (2004) aus gestalttherapeutischer Perspektive „...von leiblich-seelisch-geistiger Einheit des Menschen...“ (S. 108). Eine

Gesamtanpassung der Befindlichkeit auf Grund der gesellschaftlichen Zuweisung von altersgerechtem Verhalten und körperlicher Verfassung kann sich manifestieren.

Alter(n)sbilder, die der gegenwärtigen gesellschaftlichen Konstellation einer sich rapide verändernden Welt nicht mehr repräsentativ entsprechen, wie im Alterszyklus von Erikson (1988/2016) abgebildet, wirken dennoch in der Vorstellung vom Wesen des Alter(n)s nach. Es handelt sich um stereotype Anschauungsweisen, wie alter(n)de Menschen im Allgemeinen, mit speziellen physischen und psychischen Attributen versehen, zu sein haben, ungeachtet der individuell sehr unterschiedlichen Erscheinungsformen und Ausprägungen des Alter(n)sprozesses. Nicht in dieser Betrachtung zu vernachlässigen ist das höchstpersönliche Bild vom Alter(n), das im Rahmen der Identitätsentwicklung eines Individuums aus Erfahrungen mit älteren Menschen und deren Bewertung in die Eigensicht transferiert wurde (Radebold, 1992). Ist der Druck eines speziellen sozialen Umfeldes nach konformem altersgemäßem Verhalten zu groß, kann dies zu einer Kapitulation gegenüber den eigenen Wünschen und Bedürfnissen im Sinne einer Passung an das gewünschte Fremdbild führen, um mit seiner sozialen Welt im Einklang zu stehen. Das Gefühl, sein Leben in freier Wahl selbst regeln zu können geht verloren, beziehungsweise bewirkt die konformitätsbestrebende Unterordnung an fremde Vorgaben, ein Leben in Selbsteinschränkung. Die integrative Gestalttherapie spricht im Sinne dieser Vorgänge von den Interaktionsfunktionen Introjektion bzw. Konfluenz (Polster & Polster, 1975/2003).

Geknüpft an die identitär formenden Anpassungsbemühungen an die fremdbestimmten Verhaltenseinfordernungen können im Sinne der wechselwirksamen Beziehungen zwischen Körper und Geist sich auch körperliche Funktionen in Angleichung an ein sozial gewünschtes Körperbild entsprechend assimilieren. Individuell positiv besetzte Altersbilder beeinflussen nachhaltig die Gesundheit und die Langlebigkeit. Der Bezug negativer Altersstereotypen auf die eigene Person führten zur Verschlechterung der kognitiven Leistungen, wie anhand von Studien nachgewiesen werden konnte (Wurm & Huxhold, 2012).

Konträr zur Sicht des Alters noch im 20. Jahrhundert, als Zeit der physischen und psychischen Einschränkungen, Rückzug aus sozialen Beziehungen, Lebensbilanz ziehend, im Wesentlichen der generativen Aufgabe der Weitergabe kultureller Wertvorstellungen gewidmet (Göckenjan, 2000), artikulieren sich im Gegensatz dazu die allgemeinen Anforderungen der postmodernen Welt an die menschliche Identität in

der Zurschaustellung unbegrenzter Flexibilitätsfähigkeit. Soziale und kulturelle Umschichtungen, verbunden mit Finanzierungsproblematiken führen zu einer kommenden notwendigen Neuordnung des sozialen Umfelds (Lehr, 2007) das, in Wechselbeziehung mit den innersubjektiven Vorgängen stehend, die dominante Einflussgröße im Prozess der Identitätsbildung verkörpert.

Die Verpflichtung zur unbeschränkten Anpassungsfähigkeit hat bereits auch in den Erwartungen an das Identitätsprofil des Alter(n)s Spuren hinterlassen. Auch dort besteht gesellschaftlicher Anspruch auf eine körperlich und geistig aktive Persönlichkeit, sowohl in den Bereichen des öffentlichen Lebens, in beruflicher und nachberuflicher Hinsicht, als auch im sozialen Feld der Familie und Freizeit, die sich den stetig sich verändernden Bedingungen anzupassen weiß. Ein identitärer Quantensprung ist gefordert, die Botschaft ist zwiespältiger Natur. Einerseits kann sie den möglichen Verlust von Rücksichtnahme, eine Reduktion von sozialen Forderungen bedeuten, andererseits wächst die Möglichkeit, weiterhin aktiv am gesellschaftlichen, sozialen Leben selbstbestimmt teilzunehmen und in seiner Individualität von seinem sozialen Umfeld angenommen und anerkannt zu werden. In diesem Diskurs darf die Abhängigkeit von maßgebenden existenziellen Faktoren nicht vernachlässigt werden. Es erfordert physische und psychische Voraussetzungen, die aktive Lebenszeit auszudehnen aber auch ein förderndes soziales Umfeld und materielle Sicherheiten (Kruse & Wahl, 2010; Lehr, 2007; Petzold, 2012; Schmidt-Hertha & Mühlbauer, 2012;).

Das Menschenbild der postmodernen Welt steht unter der Prämisse der permanenten identitären Anpassung in Verbindung mit dem Verlust stützender kollektiver Wertvorstellungen. Begleitet wird dieser Prozess der Veränderungen im positiven Sinn vom Fortschritt der Wissenschaften, die ebenfalls eine Ablösung von herkömmlichen Vorstellungen der Begrenztheit der menschlichen Lebensdauer vorantreiben und vermehrt die Möglichkeiten zur Verlängerung des Lebenszeitraumes unter Erhalt bzw. Rekonstruktion der körperlichen und geistigen Funktionsfähigkeit kreieren und anbieten (Dandekar, 2004). Die Aufforderung zur Verwirklichung dieser Art von Lebensführung an sämtliche Altersschichten richtet sich nicht an das Kollektiv zur Schaffung einer gemeinschaftlichen Basis, vielmehr wird die Verpflichtung zum Erhalt der Leistungsfähigkeit, der Gesundheit und der Lebenserhaltung in die ausschließliche Eigenverantwortlichkeit des Individuums übertragen (Keupp, 2012). Folglich steigt die Bedeutung der Eigenfürsorge auch für die große, stetig anwachsende Gruppe älterer

Menschen, verbunden mit der Notwendigkeit zur Ressourcenfindung für eine gelungene, selbstbestimmte Identitätsfindung im Prozess des Alter(n)s. Für Jene, die den Vorstellungen einer postmodernen Welt nicht entsprechen können, sei es aus psychischen oder körperlichen Beeinträchtigungen, sozialen oder materiellen Bedingungen, birgt diese Entwicklung das Gefahrenpotential nicht gesehen, beziehungsweise verdrängt zu werden. Das Eingehen auf individuelle Bedürfnisse, das Miteinander, ein bisheriger Garant für gelungene Identitätsbildung, könnte in den Hintergrund treten (Göckenjan, 2000; Klessmann, 2012; Lehr, 2007; Petzold, 2012).

Petzold (2012) sieht die Verortung einer stabilen Identität in einem möglichst ausgewogenen Verhältnis von fünf Lebensbereichen, einem Tragewerk der Identität. Zur Unterstützung im Identitätsprozess und Aufbau einer soliden Identität können über die psychotherapeutische Bearbeitung der existenziellen Lebensbereiche Identitätskrisen abgefangen, aber auch Stigmatisierungen vorgebeugt werden. In diesen Stützungsprozessen soll die gesamte Persönlichkeit in ihrem Lebenszusammenhang einbezogen und in der Identitätsarbeit Ressourcen zur gelungenen individuell bestimmten Lebensführung erschlossen werden.

Die Auflösung von herrschenden Strukturen, der Verlust regelnder Werthaltungen in einer Gesellschaft, Eckpfeiler der Identitätsentwicklung, bewirken einerseits Aufbruchsstimmung und Aktivierung neuer Wegausrichtungen, andererseits führt die entstehende Unsicherheit in der Gesellschaft zum Versuch des verstärkten Festhaltens eben an diesen identitätssichernden Faktoren, um der Identitätsdiffusion beziehungsweise Zersplitterung entgegenzuwirken. Für ältere Menschen kann der Wunsch nach innerer Stimmigkeit gelebte soziale Anpassung und Verharren in Verhaltensmodellen entsprechend den traditionellen Rollenbildern des Alters, bedeuten (Lehr, 2007; Petzold, 2012). Staemmler (2015) vermutet im Bestreben nach innerer Konsistenz den Wunsch nach Verminderung von Widersprüchlichkeiten und Harmonisierung von Diskrepanzen. Im Diskurs weist er auf die Neigung hin „...Neues dem Alten anzugleichen und das Neue so wirkungslos zu machen“ (Staemmler, 2015, S. 271), eine Tendenz zum konstanten Erhalt althergekommener sozialer Traditionen. Göckenjan (2000) führt diese Präferenz auf die Notwendigkeit sozialer Gemeinschaften zurück, soziale Beziehungen zu reglementieren und bestimmte Orientierungen im Dienst der Aufrechterhaltung und Gestaltung des Gemeinwesens und somit auch der

Generationsbeziehungen zu fördern. Die Sicht auf den älteren Menschen tritt vordringlich als Ausblick auf eine homogene Einheit auf, mit generalisiert zugesprochenen Eigenschaften, ungeachtet der massiven Unterschiede im chronologischen Alter, Gesundheitszustand und divergierenden Lebensumständen.

In striktem Gegensatz zu den tradierten Vorstellungsinhalten steht die klare Forderung einer postmodernen Lebenssituation im Raum, sozial aktiv zu verbleiben, die Eigenverantwortung für Erhalt der physischen und psychischen Gesundheit zu tragen und weiterhin seinen Beitrag zum Erhalt des Kollektivs zu leisten. Um diese janusköpfige Situation zu regulieren, kann das Modell der „Fünf Säulen der Identität“ von Petzold (2012, S. 520) das Instrumentarium bereitstellen, sich in einem introspektiven Blickwinkel des gegenwärtigen Standes der eigenen Identitätsentwicklung, exploriert in den fünf wesentlichen Lebensbereichen, bewusst zu werden und die Ressourcen zur individuellen Um- und Neuverortung, bzw. Stärkung des Identitätsbewusstseins zu entwickeln.

2 Die“ Fünf Säulen der Identität“ von Petzold: Ein integratives Modell der Identität und Identitätsstützung für Menschen zwischen 60-75 Jahren.

Petzold (2012) spricht in seiner Betrachtungsweise der Identität in Bezugnahme auf die Ansätze von „...Mead, Goffman, Habermas...“ (S. 496) der Fremdzuschreibung von Eigenschaften und Wesenszügen, der Sicht des Anderen auf ein Individuum, substantielle Bedeutung zu. Diese Fremdzuschreibungen, verschränkt mit der speziellen, persönlichen Art ihrer Wahrnehmung und ihrer kognitiven und emotionalen Einschätzung und Bewertung bestimmen die Etablierung einer Identität essentiell mit. Da der Mensch sich über die Zeit beständig in sozialen und kulturellen Bezugs- und Kommunikationsfeldern befindet und darin agiert, lässt sich das Wesen der Identität als permanent dynamischer Prozess der individuellen Entwicklung in untrennbarem Kontext mit und unter Beeinflussung individualitätsprägender soziokultureller Einwirkungsgrößen erklären (Petzold, 2012). Identität generiert am Knotenpunkt zwischen Individuum und Sozialität.

Konvergent dazu vertritt Krappmann (1997) als Vertreter der Postmoderne die Ansicht, dass sich das identitätsstiftende Anpassungsprozedere zwischen gesellschaftlichen Ansprüchen und individuellen Bedürfnissen sich im Rahmen der Identitätsarbeit für den

Aufbau und Erhalt einer persönlichen Identität über die gesamte Lebenszeit hinweg vollzieht.

Die postmoderne Welt stellt hohe Anforderungen an die Reagibilitätsfähigkeit des Einzelnen, das Vorhandensein einer dynamischen, unersättlichen Anpassungsenergie an die Vielfalt von einströmenden soziokulturell unterschiedlichen Lebensstilformen. Die Repräsentanz und Sicherung einer eigenen Identität in diesem globalen Bedingungsrahmen kann sich in der Kreation eines individuellen Lebensstils ausdrücken, der einerseits die Zugehörigkeit zu einer sozialen Formation, wie einer Gruppe, demonstriert, andererseits die eigene Identität für sich selbst und seitens der Anderen wahrnehmen lässt und ins Außen präsentiert (Petzold, 2012).

Die Orientierung in einer sozialen Welt, die Ausbalancierung der eigenen Identität in diesem Spannungsfeld vollzieht sich nach Auffassung von Petzold (2012) in fünf, für den Menschen zur Bildung einer Identität bedeutsamen Lebensbereichen, den „Fünf Säulen der Identität“, die einen signifikanten Ausgangspunkt für die Identitätsarbeit darstellen können. Diese Lebensbereiche umfassen die Dimensionen „I. Die Leiblichkeit...“; „II. Die sozialen Beziehungen...“; „III. Arbeit und Leistung, Freizeit...“; „IV. Materielle Sicherheiten...“; „V. Werte...“ (Petzold, 2012, S. 520-524).

In der Arbeit an den „Fünf Säulen der Identität“ können die wesentlichen Lebensbereiche des Menschen in ihrem sozialen Kontext betrachtet werden und einen Einblick in die identitäre Stabilität, die persönliche Bedeutung und Bewertung der tragenden Säulen im Leben eines Menschen und ihr gegenseitiges Einflusspotential gewähren. In der therapeutischen Identitätsarbeit dienen sie als Stützungsinstrument zur Bewusstwerdung erstarrter persönlicher Bewertungssysteme und im Weiteren der Aktivierung von Veränderungs- und Modulierungsprozessen im Rahmen tradierter Bewertungshaltungen (Petzold, 2012). Die Möglichkeit zur Veränderung des persönlichen Wertesystems und dessen Gewichtung im Sinne einer Neu- bzw. Umorganisation unter Aufrechterhaltung der inneren Stabilität steht jedem Lebensalter offen. Aus Sicht des Alter(n)sforschers Göckenjan (2000) kann namentlich die Erkenntnis um die Einflussmacht von Attributionen, die vorwiegend fremdbestimmten Motiven und Intentionen dienlich sind, auf die Selbstzuschreibung, einen Neuregulierungsprozess der Identität in Gang setzen. Aus Fremdsicht, aber auch in Eigensicht beginnt, in kollektiv transportierten und verinnerlichten Rollenmodellen

verhaftet, mit Eintritt in das gesellschaftlich festgelegte Rentenalter, in Österreich zwischen dem 60.- 65. Lebensjahr (Lehr, 2007; Petzold, 2012), das Alter. Jene, die dem traditionell definierten Menschenbild nicht entsprechen und weiterhin aktiv bleiben wollen, werden aus dem Berufsleben *zwangsausgeschlossen* und können in ihrem Identitätserleben nachhaltig verunsichert bzw. sich in der eigenen Identität bedroht fühlen. Die Relevanz der „Fünf Säulen der Identität“ bezieht sich auf keinen bestimmten Lebensabschnitt, sie bleibt über den Lebensverlauf, unabhängig vom Alter, gleichermaßen aufrecht. Stress- und krisenbehaftete Lebenssituationen, sei es nun der Verlust des Arbeitsplatzes infolge von Kündigung oder aber Pensionierung, beides mündet gleichermaßen in eine Verunsicherung des Identitätsselbstverständnisses (Petzold, 2012). Ein intaktes soziales Netzwerk, mit Möglichkeiten zur kommunikativen, gemeinschaftlichen Bearbeitung der Problematik und Herausarbeitung von Bewältigungsstrategien kann in diesem Fall stützend eine mögliche Neu- oder Umorganisation des eigenen Identitätsverständnisses (Petzold, 2012) bewirken.

In der folgenden Ausarbeitung der zentralen Bedeutung und des Zusammenwirkens der „Fünf Säulen der Identität“ werden ihre identitätsstiftenden Eigenschaften bearbeitet und jene Ressourcen aufgezeigt, die eine Umgestaltung oder Neuordnung des Identitätsbewusstseins im Sinne der gewandelten Herausforderungen einer neuen Lebenswelt stützen können.

2.1 Die Leiblichkeit

Im Blickpunkt der Betrachtung dieser identitätsformenden Säule steht die leibliche Gesundheit. Petzold (2012) misst in diesem Zusammenhang dem Zustand der „...selbsterlebten Frische...“ (Petzold, 2012, S. 521), die sich auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene manifestiert, maßgebliche Relevanz als identitätsvermittelnde Größe zu. Mit Verlust dieses gesamt Leiblichen Integritätsgefühls gerät der Aspekt der Gesundheit ins Ungleichgewicht. Petzold (2012) bezieht sich im Sinne dieser Integrität auf den Ansatz der Integrativen Gestalttherapie, den Aspekt der Awareness, als Erspüren der eigenen Leiblichkeit, der bewussten, gefühlten Wahrnehmung der eigenen leiblichen Existenz. Abgeleitet von diesem Grundgedanken verbildlichen eine „...Gesunde vitale Leiblichkeit...“ (Petzold, 2012, S. 521), vertreten durch einen aktiven Lebensstil verbunden mit einer „...**leibbewussten Körperpflege**...“ (Petzold, 2012, S. 521), die Grundfesten der Leiblichkeitssäule.

Bereits in ihrer Arbeit aus dem Jahr 1979 beschreiben Petzold & Berger (1979), dass in unserem westlichen Kulturkreis von Geburt an die „Entfremdung vom Leibe...“ (S. 399) vorangetrieben und initiiert wird, die Signale des Körpers zu missachten. Die resultierende, unbeachtete Verringerung der Leistungsfähigkeit erweist sich im Prozess des Älterwerdens als Krux. Abnehmende körperliche Leistungsfähigkeit führt als Reaktion der Umwelt nicht zur Anpassung der Anforderungen an die Möglichkeiten, sondern unverzüglich zu einem Ausscheiden, wie hinlänglich an der Reaktion der Arbeitswelt, einem bedeutenden sozialen Netzwerkfaktor, bekannt ist (Petzold, 1997). Zur Verdeutlichung der Bedeutung der Identitätssäule der Leiblichkeit nach Petzold (2012) sollen in der Folge die gegenwärtig vorherrschenden Ansichten unterschiedlicher Konzeptionen und Autoren zu diesem Thema zum Ausdruck kommen.

2.1.1 Identitätssäule der Leiblichkeit aus gesellschaftlicher Sicht

Die Alterskohorte der 60-75-jährigen rekrutiert sich vorwiegend aus Personen, die aus dem Erwerbsleben noch nicht oder noch nicht vor allzu langer Zeit ausgeschieden sind und deren soziales Umfeld noch weitgehend unverändert ist. Das Erreichen des sechsten Lebensjahrzehntes repräsentiert den Übergang in den Lebenszeitraum des Alters und stellt sich als Schnittstelle zwischen aktivem Erwachsenenleben und Alter dar. Die Weltgesundheitsorganisation (2002) verwendet zu ihrer Interpretation des Altersbegriffes die standardisierte Definition der UNO, wonach „...als „ältere“ Menschen jene anzusehen sind, die sechzig Jahre oder älter sind“ (S. 4). Angemerkt wird im Rahmen dieser Klassifikation von Älter sein weiters, dass individuell Unterschiede bei Menschen derselben Altersgruppe hinsichtlich ihrer gesundheitlichen Verfassung, aktiven Beteiligung am Leben und dem Maß ihrer Unabhängigkeit zu vermerken sind, die in allfälligen Maßnahmenprogrammen für ältere Menschen zu berücksichtigen wären. Die Definition von Gesundheit sieht sich in der Verfassung der Weltgesundheitsorganisation (2014) wie folgt verankert: „Die Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen“ (S. 1). Diese Deutung des Gesundheitsbegriffes zielt nicht allein auf das Fehlen physischer Leiden, sondern vielmehr auf das ganzheitliche Wohlbefinden, einer harmonisierenden Vernetzung positiver Lebensumstände in den signifikanten Lebensbereichen, die zur Bildung einer gesunden Identität beitragen. Diese Definition von Gesundheit bezeichnet sich nach WHO-

Definition als Grundrecht jedes Menschen (WHO, 2014), ohne Hinweis auf Altersabhängigkeit.

In diesem Zusammenhang bezieht sich Backes (2008, 2014) in ihren Ausführungen auf die öffentliche Handlungserfordernis zum Ausbau präventiver Maßnahmen bereits in jüngeren Jahren in Bezug auf Arbeitsbedingungen und Inanspruchnahme von gesundheitsfördernden Angeboten. Die homogenisierte Betrachtung Älterer könnte künftig in Veränderung von Alterszuschreibungen aus der sozialen Umwelt einer Differenzierung unterworfen sein, so kann bereits ‚...ein Viertel der Menschen im Alter von 55 bis 70 Jahren als „aktive neue Alte“ bezeichnet werden....‘ (Backes, 2008,2014, S. 75). Nach neueren Ergebnissen der Alter(n)sforschung sollten sich Aktivitäten zur Nutzung und Förderung des Leistungspotentiales älterer Menschen an den herrschenden sozialen und wirtschaftlichen Strukturen, nach den gegebenen wirtschaftliche Voraussetzungen, der Lebensstilform und gesundheitlichen Verfassung unter Berücksichtigung von hemmenden Faktoren, wie hohes Alter oder gewollte Rückzugstendenzen (Backes, 2008, 2014), ausrichten. Kritisch wird dabei das mögliche Auseinanderklaffen zwischen Lebensqualität und quantitativ erreichbaren Lebensjahren betrachtet.

Diesen Überlegungen folgend stellt Rott (2004) die These einer biologischen Obergrenze der menschlichen Lebensspanne in Frage. Studien, die die maximal zu erwartende Lebensdauer mit ‚... Ungefähr 115 Jahren....‘ (Rott, 2004, S. 62) angaben, haben sich im Zuge neuerer Analysen bereits eindeutig relativiert. Zu erwarten ist, dass sich das erreichbare Höchstalter stetig nach oben verschiebt, gleichlaufend dazu das mittlere Lebensalter steigt und so das Erreichen des hohen Alters wahrscheinlich macht (Keupp, 1997; Krappmann, 1997; Rott, 2004).

Körperliche Gesundheit, gefühltes Wohlergehen und das damit verbundene Leistungspotential, eine Kombination davon, fördert das leibzentrierte Identitätsbewusstsein (Meusel, 2004). Dazu zählen auch die verschiedenen Ausdrucksformen des leiblichen Wohlbefindens, darunter die Bereiche Wohlgefallen am eigenen Anblick, eine befriedigende Sexualität und das lustvolle Empfinden der leiblichen Unversehrtheit. Die Verbesserung des Gesundheitszustandes und die Hintanhaltung von Alterungsprozessen bringen nachhaltige Auswirkungen mit sich. Bisher geltende Bewertungsparadigmen verlieren an Bedeutung und vermitteln nicht mehr die Sicherheit und das Vertrauen auf das Zutreffen stabiler Zuordnungskriterien.

Das Erfordernis zur Neupassung sowohl der Fremdsicht der sozialen Außenwelt als auch der Eigensicht, den Hauptakteuren bei der Ausbildung der Identität, steht an. Postmoderne Identitätstheorien (Keupp, 1997; Krappmann, 1997; Staemmler, 2015) spiegeln diese Prozesse bereits wider. Die darin abverlangte erhöhte Aktivitäts- und Anpassungsbereitschaft erfordert einen entsprechend guten psychischen und physischen Gesundheitszustand. Von diesen Entwicklungen werden Menschen der gegenwärtigen Altersgruppe zwischen 60 und 75 Jahren in besonderem Maß berührt sein.

2.1.2 Identitätssäule der Leiblichkeit aus neurowissenschaftlicher und medizinischer

Sicht

Aus der gegenwärtigen wissenschaftlichen Sicht handelt es sich bei Alternsprozessen um eine permanente, nicht rückführbare Veränderung in den zellulären Strukturen, verbunden mit Einschränkungen der Körperfunktionen und Erhöhung der Krankheitsanfälligkeit. Parallel dazu entwickelt sich eine verringerte Fähigkeit zur Anpassung bzw. Reaktionsbereitschaft auf Veränderungen des eigenen Organismus, bzw. auf Anforderungen aus dem Umfeld. Bedauerlicherweise beginnt der organische Abbauprozess bereits ab dem 30. Lebensjahr (Schachtschabel, 2004).

Einigkeit besteht in der neurowissenschaftlichen Forschung über die Rolle der genetischen Veranlagung. Altern erscheint als genetisches Programm. Dandekar (2004) begründet die verfrühte Sterblichkeit von Menschen mit einer spezifischen genetischen Veranlagung zur Ausbildung von Alterskrankheiten, verbunden mit mangelnder Vermeidung von entsprechenden Risikofaktoren oder verhaltensbedingter Förderung des Alterungsprozesses. Gleichermaßen betonen Blackburn & Epel (2017) die Bedeutung des gegenseitigen Einflusses von genetischer Grundausstattung und Lebensweise. Darunter zu verstehen sind die „....komplexen Wechselwirkungen zwischen Genen, sozialen Beziehungen und Umwelten, Lebensstilen, Fügungen des Schicksals und insbesondere den individuellen Reaktionen und Verarbeitungen dieser Schicksalsfügungen....“ (Blackburn & Epel, 2017, S. 20).

Im Gleichklang mit dieser Lehrmeinung befindet sich Spork (2016) mit neueren Erkenntnissen der Alternsforschung, die dem Alterungsprozess zwar keine Rückführbarkeit zusprechen, doch wird der Alterungsprozess von Genen kontrolliert, die

selbst regulierenden Mechanismen unterliegen, unter anderem der gensteuernden Wirkung der Epigenome, die flexibel auf Umwelteinflüsse reagieren und den biochemischen Umprogrammierungsvorgang von Zellen bewirken können. Unter anderem fußen präventive Maßnahmen zur Verringerung altermäßig bedingter Veränderungen in der Aufnahme kalorienreduzierter Nahrung, körperlicher Betätigung, Vermeidung von Schadstoffen, Entschärfung von Stresssituationen (Blackburn & Epel, 2017; Dandekar, 2004; Spork, 2016; Schachtschabel, 2004). Mit der Entwicklung der Wissenschaften und der Medizin erwachsen Chancen und Ressourcen, dem Abbau der physischen Leistungsfähigkeit entgegenzuwirken und dem Alterungsprozess eine neue Dimension und Betrachtungsweise zu verleihen.

Als unbestritten erweist sich in der wissenschaftlichen Forschung die Erkenntnis über die neuronale Plastizitätsfähigkeit des Gehirns, wobei durch den Prozess des Lernens die Entstehung neuer Hirnverbindungen begünstigt und damit der Grundstein zur Veränderungsfähigkeit und Erwerb neuer Verhaltensmuster gelegt wird (Birbaumer & Zittlau, 2014; Ding-Greiner & Lang; 2004).

Die wissenschaftliche Forschung sieht zukünftige Perspektiven für die Beeinflussung von Alterungsprozessen im Sinne ihrer Rückführung bzw. Verhinderung als Ergebnis der kontinuierlich fortschreitenden Entwicklung von zellular, hormonell und genetisch wirksamen Behandlungsmethoden, aber auch auf dem Gebiet der Prothetik (Schachtschabel, 2004). „Sich gegen Altern zu schützen, ist ethisch unbedenklich“ (Dandekar, 2004, S. 162).

2.1.3 Identitätssäule der Leiblichkeit in Gestalttherapeutischer Betrachtung

Die Stellung der Integrativen Gestalttherapie zur Leiblichkeit resultiert aus dem Lehransatz von der gesamtheitlichen Auffassung vom Wesen des Menschen. Leiblichkeit bedeutet, den materiellen Körper in seiner Existenz, seinen Lebensfunktionen achtsam wahrzunehmen und seine Signale, sein im Leben stehen, zu spüren.

Staemmler (2015) betont die Bedeutungsunterschiede der Bezeichnung von Körper und Leiblichkeit. Während Körperlichkeit das materielle Dasein, die für die Umwelt sichtbar geformte Existenz darstellt, bezieht sich das Erleben der Leiblichkeit auf das subjektiv reflexive unmittelbare Selbsterleben seines Seins und das zur Welt.

Lebensfreude stellt sich in den Mittelpunkt der Betrachtung. Ladisch-Raine & Pernter (2012) definieren die Gestalttherapie als Methode „... die Wachstum, Lebensfreude und Entwicklung in den Vordergrund stellt“ (S. 350). Der Leib versteht sich als Mittler zwischen inneren Prozessen und innerem Verständnis zur äußeren Welt (Ladisch Raine & Perntner, 2012). Die Wahrnehmung der eigenen Leiblichkeit und das Erkenntnis seiner Bedürfnisse lässt die eigenen Grenzen, die eigenen Triebkräfte erkennen, die Haltung zu sich Selbst. Die Wahrnehmung und Abgleichung der subjektiven Positionierung und des Verhältnisses zum Außen kann zur Stabilisierung und Neuordnung des Selbstbildes beitragen (Hartmann-Kottek, 2004, 2008, 2012). Ausgehend vom Grundsatzgedanken der Gestalttherapie von der Auffassung der Realität als immerwährendes Streben nach Ganzheit (Fuhr et al., 2012) definiert sich der Krankheitsbegriff in der Gestalttherapie ganzheitlich als Unvermögen einer Person, „.... ihre Bedürfnisse und die Wahrnehmung ihres Umfeldes zu einer sinnvollen Ganzheit zu organisieren, deren Bedeutung zu erfassen, Prioritäten zu setzen sowie situationsadäquate Handlungen auszuführen....“ (Amendt-Lyon et al., S. 121). Grundsätzlich geht die Gestalttheorie von der Anschauung aus, dass im Menschen die Kompetenz zur situationsadäquaten Wahrnehmung und Handeln ursprünglich angelegt ist, diese Fähigkeit in bestimmten Situationen und Zusammenhängen nicht hervortreten kann, sondern ihrer Freilegung bedarf. Gesundes und krankes Geschehen unterscheiden sich nicht in ihren zugrundeliegenden Mechanismen, sie unterliegen den gleichen Gesetzmäßigkeiten. Bei Herstellung geeigneter Rahmenbedingungen können die inneren Kompetenzen aktiviert und die gleichen Mechanismen, die zu einer Erkrankung geführt haben, zur Wiederherstellung des gesunden Zustandes genutzt werden (Stemberger & Lustig, 2004). Die Auffassung von Ganzheitlichkeit und die hohe Positionierung der Leiblichkeit im Sinne der Wahrnehmung und Achtsamkeit auf die Signale des Körpers und seiner Bedürfnisse und der Konsolidierung mit den Forderung der Umwelt bilden die Grundlagen für die Stabilität und Stärkung der Identitätssäule der Leiblichkeit über alle Lebensphasen hinweg.

2.2 Die sozialen Beziehungen

Petzold (2012) integriert unter diese Säule der Identität die sozialen Netzwerke der Familie, Freundschaften und berufsbedingten kollegialen Beziehungen. Zum Prozess

des Älterwerdens wird in der Literatur vor allem die Problematik der Veränderungen der sozialen Kontakte und der sozialen Einbindung aus differierenden Perspektiven thematisiert. Immer wieder erwähnt wird der prägende Einfluss von altersbedingt sozialen Verlustsituationen. So entstand ein breites Feld von Theorien über die Formen von Beziehungsstrukturen im Alter, Tesch-Römer (2010) spricht unter anderem von der „... Entwicklung sozialer Beziehungen am Lebensende“ (S. 45).

2.2.1 Gesellschaftliche Sicht auf die Bedeutung sozialer Beziehungen älterer Menschen

In der Literatur finden sich vielfältige Vorstellungen über den Einfluss und Ausgestaltung von sozialen Beziehungen im Prozess des Alter(n)s. Lang (2004) wirft auf, dass soziale Beziehungen grundsätzlich lebenslang stetigen Veränderungen unterliegen und nicht erst im Alter(n) virulent werden. Die Veränderungen im Alter verifizieren sich in der möglichen altersbedingten Steigerung der Verlusthäufigkeit an sozialen Beziehungen, aber auch in der Bewusstwerdung der Ziele und Bedürfnisse, die altersentsprechend zu verfolgen sind, gepaart mit den spezifischen Forderungen und Aufgabenstellungen an das Alter. Der Autor merkt in diesem Zusammenhang jedoch an, dass diese Art der sozialen Beziehungswandlung keine schicksalshafte Fügung darstellt, sondern sich immer als Resultat der Eigengestaltung, des geübten Lebensstiles, vereinfacht genannt, als Selbstverantwortung, ergibt.

Im Bereich der Familienbeziehungen kommt der Bindung zwischen Eltern und Kindern insbesondere im Alter eine bedeutende Rolle zu, sie zählen zu den engsten Beziehungen älterer Menschen, geprägt durch intensive Kontakte. Mit Zunahme der Langlebigkeit können auch ältere Erwachsene noch lebende Elternteile aufweisen (Lang, 2004; Lehr, 2007). Diese Entwicklung kann die Gefahr der Verzögerung der Ablösungsprozesses und der Aufrechterhaltung von Ablösungsproblematiken erwachsener Kinder von den Eltern in sich bergen. Änderungen im Generationsverhältnis entwickelt sich gegenwärtig über die Tendenz älterer Menschen zu zwar enger Beziehung mit den Nachfolgenerationen, jedoch in geographisch, räumlichem Abstand, um die Ambivalenzen in der Eltern/Kind Beziehung zu regulieren.

Nach Lang (2004) kommen Partnerschaftsbeziehungen zentrales Gewicht zu. Im Verweis auf das Ergebnis empirischer Studien verstärkt sich die Abgestimmtheit des kommunikativen und interaktionistischen Verhaltens von Ehepartnern, vorausgesetzt,

die Ehegemeinschaft hat sich bereits über längere Dauer gut bewährt.

Zu den nicht zu vernachlässigenden Faktoren in der Partnerbeziehung älterer Menschen zählt die Sexualität, ein nicht immer gerne angesprochenes Thema zur Bedürfnislage Älterer. Über Sexualität im Alter herrschen unterschiedliche Ansichten in Bezug auf den organischen Defizitprozess und körperliche Behinderungen, die auf das Sexualverhalten älterer Menschen Einfluss nehmen. Rieperdinger (2014) ortet gegenwärtig eine Enttabuisierung dieser Materie. Im Rahmen der gegenwärtigen Lebensqualitätsforschung treten zunehmend die subjektiven Indikatoren der Lebensqualität, des Wohlbefindens und in diesem Strom auch die der befriedigenden Sexualität in den Vordergrund. Alterssexualität unterliegt analog zum Begriff des Alters einer chronologischen Festlegung. Als Sexualität der zweiten Lebenshälfte wird diese Aktivität ab dem 45. Lebensjahr bezeichnet (Rieperdinger, 2014). Zwar liefern festlegbare allgemeine Kriterien, die den altersangemessenen körperlichen, organischen und psychischen Zustand definieren sollen, Anhaltspunkte zur Beurteilung des Status der Sexualität im altersentsprechend angenommenen Abbau der Leistungsfähigkeit, berücksichtigen aber nicht die höchst unterschiedliche individuelle Verfassung der Einzelnen. Infolge der Generationenverschiebung im Zuge der zunehmenden Lebenserwartungen und Gesundheitsbedingungen zeichnet sich sowohl im Fremd-als auch Selbstbild älterer Menschen ein Wandel ab. Die Sicht des Alters von Seiten des sozialen Umfeldes, der intersubjektiven Komponente im Prozess der eigenen Identitätsfindung, beginnt sich, in Abkehr von der Vorstellung eines irreversiblen Abbaugeschehens, zu wandeln. Mit dieser wachsenden Akzeptanz des Gegenübers erwächst gegenwärtig in älteren Menschen der Mut, in der eigenen Identitätsarbeit neue Wege und Entwicklungen zu beschreiten, Sexualität nicht als Tabu zu empfinden und dem Alterungsprozess gegenzusteuern. Schmitt & Re (2004) betonen in Bezug auf die Sexualität Älterer, dass zwar körperliche Veränderungen stattfinden, diese aber nicht dem Verlust der Sexualität gleichkommen und auch das sexuelle Interesse in späteren Jahren weiterhin erhalten bleibe. Der Erhalt der Sexualität hänge wesentlich von den Lebenserfahrungen und den Einstellungen zu diesem Thema ab.

Lehr (2007) bezieht sich in Betrachtung der Beziehungsstrukturen älterer Menschen auf die Veränderungen der Familienstrukturen, in dessen Bezug sich eine abnehmende Bedeutung der Familie abzeichnet. Die einstigen Funktionen der Familie, wie soziale

und materielle Versorgung und Absicherung, werden an außerhalb liegende Institutionen übertragen. Infolge der Auflösung tradierter Familienstrukturen und Funktionen werden sich künftig ältere Menschen, die sich am Ende der Berufstätigkeit befinden, in weitaus verringertem Maß herkömmlichen altersspezifischen Familienaufgaben gegenübergestellt finden, und ihre Chancen befriedigend außerhalb des Familienverbundes aktiv wahrnehmen. Die Generationsbeziehungen verändern sich und nehmen auf die Identitätsbildung älterer Menschen Einfluss. Bezogen auf die stetig steigende Lebenserwartung und veränderten Familienkonstellationen steigt die Tendenz zur gleichzeitigen Existenz von vier- bzw. fünf Generationen in einer Familie an (Lehr, 2007). Damit könnten sich zwei Generationen gleichzeitig im Rentenalter oder aber in Ausbildungsphase befinden. Forschungsarbeiten haben ergeben, dass die subjektive Empfindung von Alterung nicht vorhanden ist, solange noch eine weitere, ältere Generation existiert. Sich jung fühlen bedeutet demnach, aktiv am Leben teilhaben und Ziele haben zu dürfen, ein emotionales Wohlbefinden mit seiner maßgeblichen Relevanz als identitätsvermittelnde Größe, wie bei Petzold (2012) ausgeführt.

Kolland (2015) dagegen spricht von einem Auseinanderdriften in den Generationsbeziehungen. Er bezieht sich auf ein gesellschaftlich generationales Ordnungsprinzip, die Beziehungen zwischen den Generationen, aus denen sich die Identität bestimmt. Die Interessenswelten von Alt und Jung entfernen sich gegenwärtig zunehmend voneinander. Während jüngere Menschen sich infolge der technischen Entwicklungen vernetzt im virtuellen Raum bewegen, verstärkt sich bei einem Teil der Älteren die Tendenz zur Isolation, allein zu sein. Kontakte und Dialoge zwischen den Generationen fördern nach Schmidt (2011) die optimistische Einstellung gegenüber dem eigenen Alter(n) und dieser Lebensphase mit einem positiven Selbstbild in Abkehr von stereotypen Altersbildern. Schmidt-Hertha & Mühlbauer (2012) bestätigen die Bedeutung von intergenerativen Beziehungen, im inner- und außerfamiliären Bereich, in Gestalt eines positiven, subjektiv gesehenen Altersbildes.

2.2.2. Identitätssäule der sozialen Beziehungen aus Sicht der Gestalttherapie

Aus gestalttherapeutischer Auffassung generiert sich Identität im Ablauf der vitalen Kontaktprozesse, in wechselseitigem Austausch mit dem Umfeld. Erst im Rahmen des Erlebens mit den Anderen, Teil des Kontaktgeschehens zu sein, seine Grenzen zu

Anderen und zur Umwelt zu erfahren, bildet sich Identität aus und ermöglicht ihre Weiterentwicklung (Fuhr et al., 2012). Kontaktabläufe prägen die Identitätsentwicklung des Menschen über die gesamte Lebenszeit. Enge Beziehungen, seien sie familiärer, freundschaftlicher oder auch beruflicher Art, qualifizieren sich als treibende Kraft zur Gestaltung und Interpretation der eigenen Bewusstheit, zur wechselseitigen Abstimmung von Widersprüchlichkeiten und Erweiterung der eigenen identitären Formung und Neuanpassung. Solche Beziehungen, die von der unmittelbaren Begegnung und Zuwendung, der Erfassung des Anderen in seinen subjektiven Eigenheiten, von Interesse, Anteilnahme und Differenzierung als wechselseitiger Prozess geprägt sind, widerspiegeln eine Grundhaltung des dialogischen Prinzips nach Buber (1954/2017), der Ich-Du-Haltung. Ich-Du heißt gesehen und erkannt zu werden in wechselweisem Austausch, Interaktionen, die sich als Grundlage zur Entstehung und steten Weiterentwicklung der Identität manifestieren (Ladisich-Raine & Pernter, 2012; Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017). Staemmler (2015) bestätigt die hohe Relevanz der dialogischen Beziehung.

Aus diesem Verständnis der Entwicklungsprozesse der Identität kann die vorrangige Wichtigkeit der sozialen Beziehungen für Menschen jeden Lebensalters ermessen werden. In Ableitung der gestalttherapeutischen Theorie zur Identitätsentwicklung kann geschlossen werden, dass Beziehungen unabhängig von chronologischen Maßstäben einen massiven Beitrag für den Erhalt des psychischen und physischen Wohlbefindens leisten können.

Aus der gestalttherapeutischen Sichtweise vermerkt Hartmann-Kottek (2004, 2008, 2012) die gesellschaftspolitische Herausforderung, vor die der demografische Wandel stellt. Die Beschäftigung mit dem Älterwerden wird künftig ein breites Beschäftigungsfeld erschließen. Wird ein Altersbild im Sinne von würdevollem Altern angesteuert, ist die Bereitschaft des Umfeldes zur dialogischen Beziehung, der Begegnung mit dem älteren Menschen im Hier und Jetzt gefordert. Alter beinhaltet einen zweifachen Prozess, der einerseits von gesteigerter Vulnerabilität und Abbauvorgängen geprägt ist, andererseits bleibt die Fähigkeit zu lernen, sich anzupassen und zu wachsen, einem Geschehen der Identitätsentwicklung, bis zum Lebensende erhalten. Alter(n) in diesem Sinne kann als Entwicklungsauftrag gedeutet werden, der sich als Integration der Vergangenheit und Bewältigung der alterscharakteristischen Umbrüche niederschlägt. Petzold (2012) beschreibt als eine der höchsten Leistungen der Menschheit die Generierung der

persönlichen Identität, die aus der Verschränkung von Zuschreibungen der sozialen Welt und der Selbstzuschreibung erwächst.

2.3 Arbeit und Leistung, Freizeit

Die bereits angeführten Identitätsteilbereiche stehen in Petzolds Identitätsmodell (Petzold, 2012) in einem besonderen Verhältnis zueinander, im Kontext einer Ausgewogenheit zwischen diesen Lebenssystemen. Diese Balance gerät in unserer Kultur, in der der berufliche Status und damit verbunden die Leistungsfähigkeit im Mittelpunkt der Bewertung stehen, vermehrt ins Ungleichgewicht, die Forderungen der Arbeitswelt greifen bestimmend in die Sphäre der Freizeit und Muße ein. Infolge des hohen Stellenwertes des identitätsformenden Faktors Arbeit reduzieren sich vermehrt soziale Bindungsfunktionen. Die Bedeutung der Beziehungspflege, insbesondere im familiären Verbund und Freundschaften, tritt in den Hintergrund. Die hohe Relevanz des Arbeits- und Leistungsbereiches führt zu massiven Belastungssituationen bei Arbeitsplatzverlusten, wie auch bei Pensionierungen, die zu Einbrüchen in sämtlichen Identitätssäulen führen können (Petzold, 2012). Erhebungen zu den Motivationen zu fortgesetzter Erwerbstätigkeit ergaben bei Menschen über 65 Jahren zum Großteil einen Wunsch nach sozialen Kontakten, Sinnhaftes zu leisten und nur zu einem geringeren Ausmaß die Deckung des finanziellen Bedarfes (Lehr, 2007). Die Sicht auf das Alter steht stets im Konnex mit gesellschaftspolitischen Überlegungen. Der gegenwärtige Trend zum früheren Ausscheiden aus dem Arbeitsprozess, späteren Eintritt in eine berufliche Tätigkeit, Arbeitslosigkeit und nicht zuletzt die permanent im Steigen begriffene Lebenserwartung stellt die gesellschaftliche Versorgungs- und Regulierungsfähigkeit in Frage und fordert Maßnahmen (Lehr, 2007; Struck, 2008, 2014). Am Beispiel österreichischer Verhältnisse (Hauptverband der österr. Sozialversicherungsträger, 2017) sank das Alter der Inanspruchnahme bei der Neuzuerkennung von Alterspensionen im Vergleich vom Jahr 1970 mit durchschnittlich 63,1 Jahren (Männer 64,2 Jahre, Frauen 61,5 Jahre) auf das Jahr 2016 mit durchschnittlich 61,6 Jahre (Männer 63,3 Jahre, Frauen 60,3 Jahre). Im Zeitraum 2006-2016 stieg die Zahl der Alterspensionen um 10,9% an (Hauptverband der österr. Sozialversicherungsträger, 2017). Dementsprechend entwickeln sich die Daten im deutschen Raum.

Die Grenzen zwischen Arbeit und Freizeit verschwimmen im Sog der Anforderungen einer postmodernen Welt. Die Arbeitswelt dringt in den Freizeitbereich ein und verkürzt Erholungsperioden, die Pflege von Familie und Freundschaften rückt in den Hintergrund. Zusätzlich reduziert der Druck der sozialen Umwelt zur Inanspruchnahme unzähliger Konsumangebote den verbliebenen Freizeitraum (Petzold, 2012). Die Forderungen einer Welt der Postmoderne nach ständiger Flexibilität und Neuanpassung der Identität lässt auch die Gruppe Älterer nicht unberührt. Schroeter (2012) sieht im Aufbrechen der Altersgrenzen die Chance zur Findung eines eigenen Lebensstiles, jedoch in Abhängigkeit von den eigenen zur Verfügung stehenden Kompetenzen und Fähigkeiten. Diese Ansicht geht konform mit Kruse und Wahl (2010), die die neuen Anforderungen an ältere Menschen in einem eigenverantwortlichen vernünftigen Umgang mit den gesundheitlichen Ressourcen, Aufrechterhaltung der geistigen und körperlichen Aktivität, bemüht im Prozess der fortlaufenden Eigenentwicklung unter der Prämisse, dass „...Altersprozesse als lebenslang gestaltbar...“(Kruse & Wahl, 2010, S. 519) gewahren.

Erhebungen zu den Zusammenhängen zwischen beruflicher Stellung und Altersbild führten nach Schmidt (2011) zu dem Ergebnis, dass der berufliche Status als sozialisierender Faktor einen deutlichen Einfluss auf die Entstehung von Altersbildern nimmt. Die Sicht auf das eigene Altersbild hängt deutlich von den Bedingungen im beruflichen Feld, wie etwa die Möglichkeit zur beruflichen Kompetenzweiterentwicklung ab, die wiederum von dem in der speziellen Arbeitsumgebung vertretenen Altersbild beeinflusst wird (Schmidt, 2011). Verbesserungen der Arbeitsbedingungen für ältere Menschen, wie eine spezifisch abgestimmte Arbeitsplatzgestaltung, Bildungsangebote, Entwicklungsmöglichkeiten und nicht zuletzt die sozialen Beziehungen beeinflussen das Selbstbild vom Alter(n) und den Erhalt des Wohlbefindens. Gleichermaßen kann auch das Ausweichen in ehrenamtliche Tätigkeiten, wie bei Steinfurt (2010) erwähnt, identitätsstützend wirken. Ein Umdenken der sozialen Gemeinschaft in ihrer Sichtweise und Attribuierungen betreffend die Lebensphase Alter ist zu erwarten, eine Notwendigkeit zur Veränderung des Blickwinkels auf die mögliche eigene Altersbefindlichkeit steht an. Als Beispiel aus der Arbeitswelt erwiesen sich gesellschaftliche Stereotypen hinsichtlich einer zugeschriebenen Abnahme der beruflichen Leistungsfähigkeit im Alter im Zuge diesbezüglicher Untersuchungen für hochtechnisierte Arbeitsplätze nicht als zutreffend (Lehr, 2007). Vielmehr beruhen

solche Vorstellungen auf Erwartungshaltungen des sozialen Umfeldes, die in Fremdattribuierung ältere Menschen zur Anpassung ihres Verhaltens an diese Erwartungen drängt. Um einen solchen Anpassungsprozess an gesellschaftliche Wunschhaltungen vollziehen zu können, erfordert es der Umpolung der Erwartungshaltung an sich selbst, um das von der Umwelt geforderte Verhalten ins Selbsterleben integrieren zu können, eine Anpassungsleistung, die oftmals mit einer damit verbundenen Selektion und Unterdrückung der eigenen Wahrnehmungsprozesse einhergeht (Lehr, 2007).

2.3.1 Gestalttherapeutische Kommentare zur Identitätssäule Arbeit und Leistung, Freizeit

Aus gestalttherapeutischem Verständnis bezeichnen Votsmeier-Röhr & Wulf (2017) Zwangsanpassungen des Selbst an Fremdanforderungen, wie obenstehend von Lehr (2007) angeführt, als einen Ausdruck introjektiven Verhaltens, vergleichbar mit den Abläufen unbedingter Nahrungsaufnahme, einem unzerkaumten, unkritischen Verschlucken des Angebotenen, mit den Worten der Autoren ausgedrückt: „Regeln, Urteile, Werte und Normen, Meinungen, Einstellungen, Handlungs- und Denkweisen werden so zu unverdauten Fremdkörpern, zu Introjekten, die nicht wirklich unser eigen sind“ (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017, S.101). Bewältigungsmechanismen solcher Art beeinträchtigen die Entwicklung im Identitätsprozess.

Zur Wirkung des Fremdeinflusses verortet auch Staemmler (2015) nicht das Selbst an sich als Ausgangspunkt, sondern das Kontaktgeschehen, der Dialog mit dem Gegenüber bewirkt das Werden des Selbst. Erst gesellschaftliche Interaktionen lösen die Generierung eines Selbst aus, ohne solche ist es nicht vorhanden. Aus diesem Ansichtsspektrum kann geschlossen werden, dass die Fremdsicht der sozialen Gemeinschaft, in der ein Individuum lebt, die maßgebliche Rolle bei der Bildung des Selbst spielt. Diese Position teilt Lehr (2007), die die dominante Rolle der Fremdzuschreibungen auf die Eigensicht bestätigt.

Der Wandel der Bevölkerungsstruktur, die Lebenszeiterweiterung, führt zu neuen Problemstellungen ökonomischer und sozialpolitischer Natur und zwingt zu einer Sichtwende auf die Gruppe der älteren Menschen. Hartmann-Kottek (2004, 2008, 2012) weist im Zusammenhang mit dieser Entwicklung auf die Bedeutung der psychotherapeutischen Arbeit mit Älteren hin, deren Stellenwert erheblich zunehmen

wird. Die Aufgabenstellung an die Älteren ändert sich, „Prophylaxe und Mitverantwortung der betroffenen Generationen gewinnen an Bedeutung“ (Hartmann-Kottek, 2004, 2008,2012, S.199).

In seinem Diskurs über die Körperwahrnehmung besinnt sich Schroeter (2008, 2014) im Anklang an die gestalttherapeutische Sichtweise auf die sinnliche Empfindung des Körpers, auf ein „...Körperhaben und Leibsein“ (Schroeter, 2008, 2014, S. 308). Soziale Wirkungsfaktoren beeinflussen die Körperwahrnehmung nicht nur auf der materiellen Ebene, sondern vielmehr im tiefen, innerlich individuellen Erspüren und Erleben. Der Körper kommuniziert nicht nur als stoffliche Repräsentanz in passiver Widerspiegelung der sozialen Außenwelt, sondern agiert auch in einem eigenen subjektiven Geschehen, einer subjektiven Einverleibung der Welt. Beide Systeme stehen in ständigem Austausch und Kommunikation miteinander, einem Wechselspiel zwischen Innengeschehen und dem Außen, die Leistung eines bewussten Geistes. Erst in der Verschränkung der Aspekte Körper und Leib kann die höchstpersönliche Interaktion mit der sozialen Außenwelt gelingen. Schroeter (2008, 2014) bedient sich im Rahmen dieser Ausführungen einer phänomenologischen Betrachtungsweise. Nur der Mensch ist zur Reflexion der Austauschbeziehung zwischen seinem Innersten und der Außenwelt fähig, als menschliches Grundprinzip. Schroeter (2008, 2014) formuliert zusammenfassend: „Der Leib ist das Medium, welches die Tür zur sozialen Welt öffnet und dem Ich diese Welt sinnlich-wahrnehmend vermittelt“ (Schroeter, 2008, 2014, S. 309). Wahrnehmungen aus der Außenwelt sind nicht nur mit verstandesmäßigem Erkennen verbunden, sondern mit leiblichem Erspüren, einem subjektiven Erfassen der Vorgänge in der Außenwelt und der Wesenheit anderer Menschen, eine Sensorik, die als Unterstützung und Antrieb für tatsächliches Handeln gilt. Die leibliche Erfassungsqualität enthält Informationen, welches Handeln subjektiv situationsadäquat wäre. Erst diese Handlungsanweisung, entsprungen aus der Bewusstheit des Leibseins, ermöglicht es dem Menschen, den Körper inne zu haben und zu regulieren (Schroeter, 2008, 2014).

2.4 Materielle Sicherheiten

Der identitätsstiftende Bereich der materiellen Sicherheit im Sinne des Konzeptes von Petzold (2012) konstituiert sich in Verknüpfung mit den Konstellationen der Identitätssäule Arbeit und Leistung, Freizeit. Leistungsentgelte und materielle Sicherung

resultieren aus dem Arbeits- und Leistungsbereich. Materielle Werte stehen nach Auffassung von Petzold (2012) im Zusammenhang mit all dem, das der Mensch sein Eigen nennt, dem er sich in Sicherung seines Identitätsbewusstseins zugehörig fühlt. Diese materiellen Stabilisierungsfaktoren der Identität beziehen sich auf, exemplarisch vom Autor angeführt, „...z.B. Mietwohnung oder Haus, aber auch dem ökologischen Raum, dem wir uns zugehörig fühlen oder wo wir Fremde sind“ (Petzold, 2012, S. 540). Ein Wegfall, bzw. eine maßgebliche Reduzierung dieser Stützelemente kann erheblich in andere Identitätsbereiche übergreifen, bzw. zu deren Destabilisierung beitragen. Die Möglichkeit zur Verwirklichung eines eigenbestimmten Lebensstils, Maßnahmen zur Aufrechterhaltung eines guten Gesundheitszustandes oder gesellschaftliche Anerkennung hängen in einer dinglich nutzbaren Welt vom Vorhandensein der materiellen Ressourcen ab.

Der vom Menschen der Gegenwart geforderte Einsatz, dem Ruf der Gesellschaft nach Aktivität und Körperbewusstsein und eigenverantwortlicher Verpflichtung zur Erhaltung der Gesundheit nachzukommen, ist untrennbar mit den Prinzipien der Finanzier- und Leistbarkeit (Petzold, 2012; Keupp, 2012) verbunden. Selbstverwirklichung, Anerkennung, verbunden mit dem Gefühl der Zugehörigkeit, die maßgebliche Beteiligung der materiell bedingten Einflussgrößen an der Identitätsbildung und -entwicklung ist nicht zu vernachlässigen. Der Status der gegenseitigen Einflussnahme der Identitätssäulen aufeinander lässt sich anhand von Ergebnissen über Vergleichsstudien befunden, die Zufriedenheit im Alter(n) von den Komponenten eines befriedigenden Einkommens, Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung und Zugang zur Bildung und vor allem des gesundheitlichen Zustandes als voneinander abhängig erkannten (Lehr, 2007). Gleichmaßen ortet Keupp (2012) als maßgebliche Voraussetzung im Prozess der Identitätsorganisation zur Entwicklung und Erreichung der höchstpersönlichen Lebensziele in einer postmodernen Welt das Vorhandensein „...*materieller Ressourcen*“ (S. 100).

2.4.1 Gestalttherapeutische Überlegungen zur Identitätssäule der materiellen Sicherheiten

Votsmeier-Röhr & Wulf (2017) bezeichnen aus gestalttherapeutischer Position den Zugang zur Welt im Sinne des Gedankengutes von Buber als Ich-Es-Beziehung, eine Haltung, die mit „...Tun und Haben zusammenhängt...“ (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017,

S. 59). Eine unvermeidlich zweckorientierte Beziehung, die zur Aufrechterhaltung und Sicherung der Existenz dennoch einen unerlässlichen Faktor darstellt und sich nach Votsmeier-Röhr & Wulf (2017) als unverzichtbar für die psychotherapeutische Tätigkeit erweist, „...wenn wir beispielsweise Diagnosen stellen und Therapieziele definieren“ (S. 60). Die erfolgreiche Wirkungsweise der psychotherapeutischen Arbeit liegt in der empathischen Schwingung zwischen den Haltungen Ich-Du, verkörpert durch tiefe Bezogenheit auf den und Wertschätzung des Menschen als einzigartiges Individuum, und dem Ich-Es, einbezogen zur Regulierung der Existenz in der materiellen Welt (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017). In diesem Zusammenhang sieht Staemmler (2015) therapeutische Techniken immer unter der Prämisse des Beziehungsaspektes, nicht als Mittel des Therapeuten oder der Therapeutin, die Klientin oder den Klienten entsprechend den eigenen Anschauungen zu verändern, sondern ihm oder ihr den Blick auf die eigenen Möglichkeiten und Ressourcen zu eröffnen und Handlungsperspektiven zu aktivieren. Denn erst im Rahmen der beziehungsgetragenen, schützenden Kontaktsituationen der Therapie kann sich die Aufmerksamkeit der Klienten oder der Klientin konzentriert dem Wesentlichen zuwenden, dieses bewusst werden lassen, um in der Folge Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

Das Vorhandensein materieller Sicherheiten hebt, je nach Werteausrichtung der speziellen Gesellschaft, das Gefühl der Anerkennung und der Zugehörigkeit. Daraus resultieren letztendlich die Eigeneinschätzung und damit die Postulierung des Selbstwertes. In der Diskussion um das Selbstwertempfinden ortet Staemmler (2015) in unserer Kultur die enge Korrelation zwischen der persönlichen Wertzumessung und dem Grad an Leistungsfähigkeit auf vielerlei Ebenen. Ein Ausdruck des Selbstwertes, definiert über einen gesellschaftlich diktierten, beruflichen und sozialen Status, Besitz und körperliche Vorzüge, das Gefühl anerkannt zu werden, um sich damit einer Gemeinschaft zugehörig fühlen zu können. In der Entwicklung des Selbst werden die Botschaften des sozialen Umfelds permanent aufgenommen, verarbeitet und angepasst, bilden Motivationen, die Bedeutungen und Zielsetzungen generieren lassen (Staemmler, 2015). Die soziale Bewertung des materiellen Status wirkt in diesem Sinn als identitätsbestimmendes und -stärkendes Instrument.

2.5 Werte

Petzold (2012) bezeichnet die fünfte Identitätssäule seines Identitätskonzeptes als den Bereich der Werte, befasst mit Thematiken der religiösen Fragestellungen oder nach der Sinnggebung des Lebens. Er betont, dass Wertvorstellungen und Zugehörigkeit zu wertebestimmenden Gruppen dazu dienen können, Kräfte zur Sinnggebung des Lebens und zur Lebensbewältigung zu mobilisieren. Weiterführend bezieht sich Petzold (2012) auf die Macht der Werthaltungen, die es ermöglichen, dem Leben Sinn zu verleihen und damit identitätsbildende Funktion zu übernehmen. Bereits Radebold (1992) verweist auf die identitätsbeeinflussende Wirkung gesellschafts- und kulturspezifischer Leitbilder und verinnerlichter Normen, die zur Entstehung spezifischer Alterssichten beitragen. Die Neigung zur Wertebildung entspringt in der Abhandlung von Schmitt (2004) der Begrenzung der Kapazität des Menschen, eine Vielzahl von Informationen erfassen und diese einzeln verarbeiten zu können. Um dieser Beschränkung Abhilfe zu leisten, dient zur Vereinfachung des Vorganges eine Verdichtung der Informationen zu Kategorien. In diesem Zuge werden Wahrnehmungen im Hinblick ihrer Vergleichbarkeit mit bereits getätigten Vorerfahrungen, sei es beispielsweise auf Grund von besonderen Merkmalen oder Eigenschaften, einer Bewertung unterzogen und in Kategorien eingeteilt. Solche Zuweisungen beeinflussen nachhaltig das Verhalten und dienen der eigenen Identifikation, wie das Zugehörigkeitsgefühl zu einer bestimmten sozialen Gruppe (Schmitt, 2004).

Rosow (2012) spricht in Bezug auf Werteeinstellungen gegenüber der Lebensphase Alter(n) von kollektiven Modellvorstellungen, die sich in gesellschaftlichen und individuellen Haltungen und Verhaltensweisen widerspiegeln. „Der Altersdiskurs ist ein Moraldiskurs“ (Göckenjan, 2000, S. 25). Mit diesem Satz beschreibt der Autor Werthaltungen zum Alter(n) als Komplex von Erwartungen an diesen Lebenszeitraum, gefüllt mit Verhaltensanweisungen, die den Zeitgeist reflektieren und Menschen jüngeren Alters Lebensorientierung versprechen. Sie entsprechen dem herrschenden sozialen Regelungsbedürfnis und repräsentieren nach Göckenjan (2000) „...wichtige Schnittpunkte zwischen individuellem und kollektivem Leben“ (S. 25).

2.5.1 Gestalttherapeutische Betrachtung der Identitätssäule der Werte

Der vorstehende Blickwinkel Göckenjans auf die Überschneidung der individuellen und kollektiven Einflussgrößen überlappt sich mit der Anschauung von Perls (1989/2005)

aus Sicht der Gestalttherapie zu den Funktionen der Stützung in Form sozialer Verhaltensvorgaben, die, wenn sie persönlich angenommen werden und die Kontaktnahme fördern, Stützungscharakter annehmen können. In diesem Fall verhindert eine formalisierte soziale Umgangsformregelung „...soziale Reibungen, wenn sie von allen, die daran beteiligt sind, angenommen wird“ (Perls, 1989/2005, S. 56). Wertvorstellungen dieser Art erleichtern den Kontakt.

Hartmann-Kottek (2004) ordnet dem Begriff der Werte die Steuerungsfunktionen des sozialen Umfelds zu, verkörpert etwa durch gesetzliche Normierungen und Regulierungen, die zumeist als Ausdruck der Zugehörigkeit zu einem Gruppensystem bereits frühzeitig verinnerlicht wurden und lebenssteuernd wirken. Ursprünglich übernommen als existenzsicherndes Anpassungsverhalten, können solche introjizierten Werthaltungen in jungen Jahren als stützendes Leitbild durchaus positiven Charakters sein, sich jedoch bei unhinterfragter Verharrung in diesen Positionen in späteren Jahren als Hemmschuh für eine selbstbestimmte Entwicklung der Persönlichkeit erweisen.

Die Tendenz fortschreitenden Verlustes von bisher identitätsstabilisierend wirkenden Wertvorstellungen in einer gegenwärtigen postmodernen Gesellschaft bezeichnet Nausner (2004) aus einer anthropologischen Perspektive der Integrativen Gestalttherapie als Entfremdung des Organismus von seiner Umwelt. Die Zunahme von Rationalisierungsbestrebungen, die stetige Beschleunigung der inneren und äußeren Welt des Menschen, lässt zwischenmenschliche Beziehungen in den Hintergrund geraten, dienlich der Vereinzelung. Das sichere innere Gefühl eines tiefen Weltbezug wird unterminiert.

Werthaltungen können als moralische Instanz betrachtet werden, das Gefühl, etwas tun oder lassen zu sollen, gegründet auf die „...unmittelbaren zwischenleiblichen Resonanzen...“ (Staemmler, 2015, S. 140), dem Wissen um die Gefühle des anderen Mitmenschen. Aus diesem Beziehungssystem entwickeln sich Gemeinsamkeiten der Werte. Jeder Mensch wird in ein spezielles kulturelles Umfeld hineingeboren, geprägt von bestimmten Weltansichten und Werthaltungen, die in diesem Umfeld als Interaktionsform der dort lebenden Menschen praktiziert werden (Staemmler, 2015).

Infolge des in der gegenwärtigen Entwicklung fußfassenden Pluralitätsgedanken entflechten sich diese Bindungsqualitäten, das Gefühl der vorgefestigten Zugehörigkeit auf Grund ursprünglicher, sozialer Beziehungsinteraktionen verliert an haltgebender

Kraft. Alte Wertemodelle als Grundlage für die Selbsteinordnung einerseits und die soziale Verhaltenseinforderung andererseits, vorwiegend definiert über feste Werte und Zuordnungskriterien, wie das chronologische Lebensalter, Familien- und Berufsstatus, verlieren an Bedeutung und werden kaum durch gleichwertige Muster ersetzt. Diese Entwicklung der heutigen postmodernen Welt verursacht gesellschaftliches Umdenken, im Sinne ständig wechselnder Forderungen an Anpassungs- und Neuorganisationsvermögen des Einzelnen, von denen auch die Gruppe der älteren Menschen nicht verschont bleiben wird.

2.6 Zusammenfassende Darstellung der stützenden Wirkungsweise des Modells der „Fünf Säulen der Identität“ nach Petzold

Das Fünf Säulen Modell von Petzold (2012) befasst sich mit den identitätsstiftenden und -stärkenden Lebensbereichen des Menschen, die in einem synergetischen Austausch miteinander stehen und gemeinsam ein tragfähiges komplexes Gerüst der Identität bilden können. Identität vollzieht sich in Prozessen, in deren Rahmen sich die stützende Potenz einzelner Identitätssäulen jeweils verstärken oder vermindern kann. Bei prägnanter Unterrepräsentation einer Säule gerät die innere Ausgewogenheit ins Schwanken, die Identität wird entstabilisiert. Mit Hilfe der Ressourcen anderer Säulen kann das Stützungssystem eines destabilisierten Lebensbereiches aufgefangen, aufgefüllt und allenfalls ersetzt werden. Nach der Auffassung von Petzold (2012) obliegt die Erhebung der individuellen Identitätsbereiche der Aufgabenstellung der psychotherapeutischen Arbeit, einerseits als Diagnoseinstrument, andererseits um die Sicht der Klientinnen und Klienten auf problematische Lebensbereiche und Zusammenhänge zu eröffnen, daran zu arbeiten und im Rahmen der Identitätsarbeit neue Lösungen zu finden. Petzold konzipierte das Fünf Säulen Modell der Identität auf das gesamte Leben ausgelegt, ohne Verhaftung an eine chronologische Altersbegrenzung. Der folgende Abschnitt dient der Aufbereitung der Auffassungen, dem Aufzeigen möglicher Beschränkungen und vorhandenen Ressourcen der Psychotherapie bei der Identitätsarbeit, insbesondere bezogen auf Menschen zwischen 60-75 Jahren.

3. Problematiken und Ressourcen der Psychotherapie in der Identitätsarbeit mit älteren Menschen

Noch am Beginn des 20. Jahrhunderts galten Menschen ab 50 Lebensjahren, dies aus Sicht der Psychoanalyse, als älter und nicht therapierbar. Begründet wird diese Grenzsetzung mit der mangelnden seelischen Entwicklungsfähigkeit, einer in diesem Lebensalter erstarrten, nicht mehr formbaren Identität und dem abnehmenden kognitiven Potential. Auf Grund der vorliegenden Unzahl von zu bearbeitenden biographischen Ereignissen wäre auch ein Abschluss einer Therapie nicht vorhersehbar, erhärtete Gewohnheiten und reduziertes Verständnispotential verhindern die Sinnhaftigkeit einer Psychotherapie (Radebold, 1979). Diesem Verständnis von Therapierbarkeit lässt sich unter der Perspektive der damaligen Erkenntnisse in der Forschung, dem Stand der Medizin und der neurologischen Wissenschaften, nicht zuletzt beeinflusst von den religiösen und gesellschaftlich postulierten Vorstellungen von einer letzten Lebensphase, dem Abbau sämtlicher psychischer und physischer Kräfte, näher treten. Zudem entsprachen die damaligen Lebensverhältnisse und das tatsächlich in diesem Zeitabschnitt üblich erreichbare Lebensalter diesen Vorstellungen, so wurden unter dem Begriff der Älteren Menschen Personen im Alter von 45 bis 60 Jahren zusammengefasst (Radebold, 1992). Radebold (1992) sieht in seinen Ausführungen die gesellschaftliche Bezeichnung als Alt für Menschen über dem 70. Lebensjahr gegeben. Trotz der Änderungen der Lebenswelten und des Voranschreitens der wissenschaftlichen Erkenntnisse zeigen auch neuere Konzepte, die die Identitätsentwicklung Älterer betrachten und die Schwerpunkte und Hindernisse einer Psychotherapie aufzeigen, erstaunliche Ähnlichkeiten mit den Zuschreibungen an das Alter hauptsächlich als Lebenszeitspanne der zu verkraftenden Verluste und abnehmenden Funktionen, versehen mit einem universell anmutenden Charakter.

Radebold (1992) bezieht sich in Aufdeckung der psychotherapeutischen Problematik auf mögliche Übertragungskonflikte infolge eines erheblichen Altersunterschiedes zwischen älterem Klienten und jüngeren PsychotherapeutInnen, infolge der Umkehr des Eltern/Kind Verhältnisses. Hindernisse entstehen auch durch fehlendes Wissen jüngerer PsychotherapeutInnen in Bezug auf biographische Lebensereignisse vergleichsweise älterer Menschen, gleichartige Erfahrungen würden fehlen. Gleichermaßen erschwere der Umgang mit den im Alterungsprozess erfahrenen, schwerwiegenden

Veränderungen im Sinne von erlebten Verlusten, Fremdbestimmung, Angriffen und Verletzungen der Persönlichkeit, aber auch mit den im Behandlungsverlauf auftretenden schweren Erkrankungen oder dem Todeseintritt, die psychotherapeutische Arbeit mit älteren Menschen über 50 Jahren. Seitens der Therapeutin bzw. des Therapeuten können Reflexion und die idealisierte Erinnerung an positiv besetzte Bilder von älteren Menschen hilfreich den therapeutischen Prozess beeinflussen. Die anzustrebende Entwicklungsarbeit bei älteren Menschen besteht im Reifungsprozess, in der Auseinandersetzung mit den erlittenen und kommenden Verlusten und ihrer Verarbeitung (Radebold, 1992). Infolge des erfolgreich bewältigten Trauerprozesses können neue Wege der Lebensbewältigung eingeschlagen werden.

Heuft & Schneider (2004) beklagen die Unterrepräsentanz von alten Menschen über 60 Jahren in psychotherapeutischer Behandlung. Trotz der vorhandenen Bedarfslage nehmen alte Menschen über 60 Jahren mit psychischen Leidenszuständen therapeutische Angebote nur geringfügig wahr. Diese Tatsache liegt einerseits in der fehlenden Information Älterer über die Möglichkeiten und Wirkungsweisen psychotherapeutischer Behandlung, andererseits an der mangelnden Einbeziehung solcher Behandlungsstrategien durch den Arzt (Heuft & Schneider, 2004). In einem Blick dieser Autoren auf die entwicklungspsychologisch, psychosomatisch geprägten Aspekte verstärkt sich in der zweiten Lebenshälfte der Einfluss der körperlichen Dimension auf das Befinden. Die Problematik des Alter(n)s liegt in der Aufforderung zur psychischen Bewältigung der somatischen Änderungsvorgänge und damit mitbetroffen ist „...der narzisstische Umgang mit der sich verändernden Leiblichkeit“ (Heuft & Schneider, 2004, S. 409).

Nach Auffassung von Heuft & Schneider (2004) konnten gemeinsam über alle Therapieschulen hinweg Unterschiede in der Themenwahl älterer Menschen im Gegensatz zu der eines jüngeren Personenkreises im Rahmen von Gruppentherapien bemerkt werden. Hauptthemen der Älteren bezogen sich vorwiegend auf Verluste im Beziehungsbereich, Abbau der psychischen und physischen Kompetenzen, intergenerative Problemstellungen, pessimistische Einstellungshaltungen und Zukunftsaussichten sowie auf die Thematisierung des Todes (Heuft & Schneider, 2004). Erfolgreiche Gruppenarbeit mit alten Menschen verifiziert sich in „...Aktivität und Wärme des Leiters, Strukturierung des Ablaufes, Arbeit im Hier und Jetzt sowie Rückgriff auf

frühere, erfolgreiche Copingstrategien...“ (Heuft & Schneider, 2004, S. 416). Auch Erinnerungen sollen im therapeutischen Prozess reflektiert und ausgesprochen werden. Die entgegengebrachte Aufmerksamkeit der Zuhörer, in der Wiedergabe der Geschehnisse entstehende persönliche Einsichten, die Möglichkeit, Gefühle ausdrücken zu dürfen, können ältere Menschen stützen, den Lebensalltag und persönliche Krisen besser zu meistern.

Konträr dazu vertritt Petzold (2012) in seinem integrativen Therapiekonzept die Identitätsarbeit mit älteren Menschen. Bereits im Zuge des Arbeitsverlustes durch Pensionierung, oftmals gesellschaftlich erzwungen, können tiefe Einbrüche im Identitätsbewusstsein des alternden Menschen entstehen. Denn Arbeitsbeziehungen nehmen über einen hohen zugeschriebenen Status von Wertigkeit und Leistungsfähigkeit in unserer Kultur breiten Raum ein. Hinzu kommt, dass eine Vielzahl von älteren Menschen über eine tradierte internalisierte Rollensicht des Alter(n)s verfügen, geformt von äußeren Einflüssen, in einer Stigmatisierungshaltung von Morbidität und Unzulänglichkeiten im Alter(n) gefangen. Die Schwierigkeit der Arbeit an der Neu- bzw. Umgestaltung der Identität Älterer liegt in der möglichen Diskrepanz und Disparität der „...verinnerlichten „kollektiven mentalen Repräsentationen“.....“ (Petzold, 2012, S. 535) und der „...aktuellen Außenrealitäten....“ (Petzold, 2012, S. 535). Die in vielen Bereichen vorherrschenden kollektiven Vorstellungen und Zuschreibungen hinsichtlich einer allgemeinen „...**Altersidentität**“....“ (Petzold, 2012, S. 535) sind zu hinterfragen und diesbezügliches Umdenken anzustoßen. Erst in der Erkenntnis der tiefliegenden, verinnerlichten Muster im Zuge der Identitätsarbeit eröffnet sich für ältere Menschen die Chance, diese Prozesse zu erkennen, die Sicht auf ihre Realität zu klären und die zur Verfügung stehenden Möglichkeiten der Umgestaltung und Verbesserung zu nutzen. Ein neues Lebensalter im Gegensatz zu vergangenen Festlegungen, wie Alter zu sein hat, kann in Anspruch genommen werden. Petzold (2012) sieht als eine der Aufgaben der Psychotherapie im Abbau der „...Ohnmacht und Hilflosigkeit....“ (Petzold, 2012, S. 533), in der Krisenprophylaxe, Krisenbewältigung und der Verhinderung von Stigmatisierungsvorgängen.

Die persönlichen Verhältnisse und Lebenssituationen älterer Menschen gewähren im Rahmen der psychotherapeutischen Arbeit den Einblick auf spezielle, zu bearbeitende Therapiethemen. Erhöhte Lebenszufriedenheit im Ruhestand ergab sich aus der

Korrelation der Faktoren Alter, Einkommen und Gesundheit. In Sichtung empirischer Forschungsmaterialien erwiesen sich in Erhebung der Alter(n)szufriedenheit im Übergang in den beruflichen Ruhestand Anpassungsschwierigkeiten bei Menschen mit höherem Bildungsgrad und höherem sozialen Status (Lehr, 2007). Die Zufriedenheit wächst jedoch mit steigendem Alter bei höherem Einkommen, wobei die subjektive Zufriedenheit wiederum mit einem sich verschlechternden Gesundheitszustand abnimmt (Lehr, 2007). Diese Zusammenhänge lassen an das Modell Petzolds der Fünf Säulen der Identität (Petzold, 2012) erinnern, an die Zusammenhänge innerhalb der tragenden Elemente der menschlichen Identität.

Kruse & Wahl (2010) stellen die Bedeutung psychotherapeutischer Arbeit bei psychischen und psychosomatischen Leidenszuständen Älterer in ein zentrales Spektrum ihrer Betrachtungsweise. Psychotherapie dient in diesem Sinne zur deutlichen Verbesserung der Lebensqualität und Verringerung beziehungsweise Ausschaltung von Symptomen. Zu den vordringlich behandlungsbedürftigen Störungsformen im Alter(n) zählen, abgesehen von dementiellen Formen, depressive Störungsbilder. Obwohl der Behandlungsbedarf groß ist, steht in der Psychotherapie noch immer die Vorstellung der Untherapierbarkeit infolge mangelnder Entwicklungsaussichten und zeitlicher Begrenzung durch das Lebensalter im Vordergrund (Kruse & Wahl, 2010). Gegensätzlich zu dieser Ansicht wurde in Studien der Beweis für die Wirksamkeit von Psychotherapie bei älteren Menschen erbracht. Im Mittelpunkt der Zielsetzung steht die Förderung des selbstbestimmten Lebens, aber auch der Eigenverantwortlichkeit. Daneben rückt die Auseinandersetzung mit der Endlichkeit, die Verlustthematik und generative Problemstellung, die Herstellung des Bezuges zum Hier und Jetzt, verbunden mit praktikablen Lösungsvarianten, in den Fokus psychotherapeutischer Arbeit. Die Autoren (Kruse & Wahl, 2010) weisen darauf hin, dass in der Gegenwart kein Zweifel am Therapiebedarf und der Therapiefähigkeit älterer Menschen besteht.

Treffend spiegelt sich die Arbeit der Psychotherapie mit dem älteren Klienten in den Worten von Dürckheim (1979) wider: „Die Psychotherapie des alten Menschen findet bei diesem fast alle Probleme vor, die sich auch beim jungen Menschen finden“ (S. 21).

3.1 Stütz- und Förderungskompetenzen der Integrativen Gestalttherapie zur Stimulierung der Entwicklungspotentiale älterer Menschen in der Identitätsarbeit

Auch Petzold (1979) befasste sich auf dem Gebiet der Psychotherapie mit älteren Menschen. Vorwiegend erkennt er die Problematik in den verlustbetonten Verschiebungen in den Lebensbereichen, die von sozialen, psychischen und physischen Reduktionserlebnissen geprägt sind und den Selbstwert schwächen können. Aktivitäten zur Stützung erfordern die differenzierende Betrachtung der unterschiedlichen physischen und psychischen Verfassungszustände und Lebenssituationen älterer Menschen und darauf aufbauend individuell konzipierte Maßnahmen, die eine Passung an die veränderten Gegebenheiten und Unterstützung bei der Bewältigung selbstwertschwächenden Einflüsse und Entfaltung der Persönlichkeit im Lebenszusammenhang ermöglichen.

Um diese Stützelemente wirksam werden zu lassen bedarf es Methoden und Techniken, die auf emotionale Belebung, Festigung und Anregung zielen, immer in Einbeziehung der Leiblichkeit. In späteren Lebensjahren, so Petzold (1979), gewinnt die Bedeutung von Werten und Sinnfragen an Brisanz. Damit verweist er auf die methodischen Qualitäten der Gestalttherapie, die den Menschen in seiner Gesamtheit betrachtet, als sich regulierendes System, Körper, Geist und Seele bilden eine Einheit. Methoden der Gestalttherapie konzentrieren sich auf die Anregung der körperlichen Dimension, durch körperzentriertes Arbeiten wie Atemtechniken, um sich seines Leibes als Zentrum seiner Existenz bewusst zu werden. Sie zielen auf die Wahrnehmung und Auseinandersetzung mit emotionalen Bedürfnissen in der therapeutischen Situation im Hier und Jetzt und im Sinne der Integrationsarbeit, der mentalen Bearbeitung der Lebenssituationen und Abschluss des Unerledigten, um sich für Neues in einem kreativen Prozess eröffnen zu können (Petzold,1979). Aus Sicht der Gestalttherapie wirken die genannten drei Ebenen immer in einem ganzheitlichen Prozess. In der Arbeit mit älteren Menschen, in der die Sinnfrage, die Klärung von Bedeutung der bisherigen Lebensereignisse einen hohen Stellenwert einnimmt und auf diesem Fundament neues Selbstverständnis und Zukunftsvisionen erwachsen können, nimmt die Gestalttherapie eine Vorrangstellung als Therapiekonzept ein. Integration als ein Mittelpunkt des Therapiesgeschehens in der Gestalttherapie, wie Petzold (1979) es ausdrückt: „Durch

die Fähigkeit zur Integration ist es uns überhaupt möglich, zu wachsen, schöpferisch zu werden, die Welt in uns hineinzunehmen, ohne uns an sie zu verlieren, ohne unsere Identität aufzugeben, sondern vielmehr die Welt zu gestalten,...“ (S. 270).

3.2 Gestaltbildung, Kontakt, Stützung

Petzold (1979) spricht von der Entwicklung im Identitätsprozess im Sinne der Tendenz „...auf die “gute Gestalt der Person“....“ (S. 270). Aus dem Bezug der Gestalttherapie definiert sich das Streben nach der guten Gestalt aus dem existentiellen Grundbedürfnis nach „...größtmöglicher Ordnung und Organisation, nicht nur in der Wahrnehmung, sondern auch in anderen Bereichen...“ (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017, S. 48). In der fortlaufenden Bildung der Identität vollzieht der Mensch im Kontakt Abgrenzungen zwischen sich selbst und den Anderen (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017).

Rumpler (2004) bezeichnet den Begriff des Kontakts als zentralen Theorieansatz der Gestalttherapie und definiert weitergehend: „...im Hier und Jetzt ist es der Kontakt, sowohl mit sich selbst als auch mit einem Gegenüber, jenes Erleben des Moments, der zu jener existentiellen Erfahrung führt, welche tiefe Erkenntnis ermöglicht“ (S. 93-94). Amendt-Lyon et al. (2004) definieren analog dazu die Entwicklung des Selbst als „...der phänomenologische Ort, an dem ein Mensch seiner Umwelt begegnet“ (S.109), der Kontaktgrenze zwischen Organismus und Umwelt. Dort erkennt der Mensch in der Differenzierung zwischen Eigenem und Fremdem sich als Selbst. Dieser Prozess der Selbstwerdung generiert sich über die gesamte Lebensspanne als Passungsarbeit, die eigenen Bedürfnisse mit den Anforderungen der Umwelt in Einklang zu bringen. Misslingt die Anpassung, kann es zu Fixierungen kommen, bei älteren Menschen möglicherweise in Form eines internalisierten, nicht mehr den Realitätsgegebenheiten entsprechenden, fremdbestimmten Alter(n)sbildes, das integriert im subjektiven Erleben dominiert. Wiederholte negative Erfahrungen erzeugen ein verinnerlichtes Gefühl der Machtlosigkeit und des Ausgeliefertseins. Die Kontaktfunktion zur Umwelt gerät in ein dysfunktionales Verhältnis, das den Fluss der Beziehungsabläufe empfindlich beeinträchtigen, aber auch unterbrechen kann. Dieses System der individuell erfassten Fixierung und Stigmatisierung führt zur Kontaktstörung, die ein Verharren in der integrierten Haltungssituation fördert. Die Harmonie des inneren Gleichgewichtes von körperlichen und psychischen Zuständen und die Fähigkeit, diese selbst zu regulieren

bzw. in einem kreativen Prozess an die Erfordernisse der Umwelt anzupassen, reduziert sich oder geht verloren (Fuhr et al., 2012; Petzold 1979; Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017). Das Verständnis der Gestalttherapie vom Bedürfnis und Antrieb des Organismus nach einem homöostatischen Zustand des Gesamtsystems sowie über sein Regulierungsvermögen zur Erreichung dieses Zustandes, verleihen der Gestalttherapie mit ihren Techniken und Interventionen von Stimulierung und Aktivierung eine herausragende Stellung in der Identitätsarbeit mit älteren Menschen. Über den gesamten Lebenszyklus hinweg stehen die Anreize, die Erregungsimpulse im Zuge der Kontaktaufnahme mit dem Umfeld, die Stimulierung, und die sich daraus generierende Energie des Organismus im Mittelpunkt der Bildung der Identität (Amendt-Lyon et al., 2004; Petzold, 1979). Entsprechend dem Zustand der Hospitalisierung bei Kleinkindern, einem Zustand mangelnder Zuwendung und Stimulation, der zu schweren körperlichen und geistig/seelischen Folgeerscheinungen führen kann, ist auch das Verhältnis älterer Menschen zu ihrem Umfeld häufig durch einen Mangel an Anreizen und Möglichkeiten zur sinnlichen Erfassung in Kontakten mit der Umwelt geprägt.

Kontaktangebote in der Psychotherapie richten sich auf die Ich-Du-Beziehung aus. Anregungen und Vorschläge im Rahmen des Therapieverlaufes, die angenommen werden, aktivieren das Erregungsniveau der Klientin oder des Klienten entsprechend dem individuell empfundenen Intensitätsgrad und beeinflussen die Therapieaussichten positiv. Ein vertrauensvolles Verhältnis zwischen KlientIn und TherapeutIn bildet eine maßgebliche Grundlage zur erfolgreichen Bewältigung starker Emotionen, die in der Erinnerung und Bearbeitung zutiefst problematisch und leidvoll empfundener Abläufe auftreten können (Staemmler, 2015).

Petzold (1979) untermauert die besondere Eignung der Gestalttherapie zur Arbeit mit Älteren, in den Methoden zur Förderung von „...Awareness...“ (Petzold, 1979, S. 268), der Kontaktnahme und der Passung zwischen innerer und äußerer Realität im Hier und Jetzt. Die Stärkung und Regulation des Selbstwertgefühls in Passung zur Umwelt stehen im Vordergrund der psychotherapeutischen Arbeit mit älteren Menschen, um den Platz im Hier und Jetzt zu finden und eine mögliche Neuausrichtung der Identität zu fördern. Votsmeier-Röhr & Wulf (2017) beschreiben diese Vorgänge mit der Bedingung für das Überleben im Organismus- Umfeld „...dass sich ein Organismus als ein System beständig aufrechterhalten muss sowie danach strebt, seine Möglichkeiten und

Fähigkeiten bestmöglich zu verwirklichen“ (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017, S. 65). Im Akt der kreativen Selbstregulation strebt der Mensch das Gleichgewicht zwischen den unterschiedlichen Interessen der Umwelt und eigenen Bedürfnissen, in Form eines Passungsprozesses, an (Fuhr et al., 2012). Gelingt dieser Prozess infolge von Blockierungen und Fixierungen in der Kontaktnahme nicht angemessen und wird der Prozess der guten Gestaltbildungen verhindert, können Supportleistungen aus dem Umfeld, in der therapeutischen Beziehung, zur Lösung der Blockaden und Unterstützung im Anpassungsprozess beitragen (Amendt-Lyon et al., 2004; Fuhr et al., 2012).

3.3 Phänomenologische Sichtweise und Dialogische Beziehung

„Gestalttherapie, wie wir sie verstehen, ist eine Form der Psychotherapie, die im unterstützenden und fordernden Spannungsfeld einer Ich-Du-Beziehung die Bewusstheit des Klienten von seiner subjektiven, unmittelbar erfahrbaren Realität fördert“ (Bock & Staemmler, 1994, S. 217). Das Eingehen einer individuellen, persönlichen Beziehung spiegelt die Grundprinzipien des therapeutischen Kontaktes in der Gestalttherapie (Bock & Staemmler, 1994) wider, die phänomenologische Sichtweise auf das Sein der Klientin oder des Klienten und die Arbeit mit dieser Realität in einer dialogisch aufgebauten Beziehung. Phänomenologisches Vorgehen heißt, die Bedeutung des subjektives Erfahrungsgutes eines Menschen zu erfassen, seinen Lebenskontext verstehen zu lernen und mit den darauf basierenden, subjektiv verfügbaren Ressourcen zu arbeiten. Es ist ein vorurteilsfreier Blick, eine Annäherung ohne vordisponierte Annahmen über das Wesen einer Person, das Betrachten des Menschen, sein subjektives Erleben und das Erleben mit ihm im Hier und Jetzt (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017). Gerade ältere Menschen stehen oft vor einem Unverständnis ihrer Biographie gegenüber, häufig geprägt von der vorgefassten Meinung, dass Verhaltensweisen älterer Menschen in keiner Weise denen jüngerer ähnlich sein könnten. Mit dieser Vorstellung und dem daraus resultierenden vordeterminierten Unverständnis wird die Beziehungsaufnahme, ein dialogischer Kontakt, erschwert bzw. verunmöglicht. Die gestalttherapeutische phänomenologische Einstellung eröffnet die Möglichkeit zur Aufnahme einer dialogischen Beziehung und innerhalb dieser, in Impulsgebung, die Erweckung und Nutzung der zur Verfügung

stehenden Ressourcen. Eng verbunden mit dem Erkennen des Anderen in seiner Individualität aus phänomenologischer Betrachtungsweise erwächst der Prozess einer dialogischen Beziehung. Die Akzeptanz des Anderen, das Einfühlen in dessen Situation, des Verstehens und der Bestätigung formt aus der Begegnung den Prozess der Beziehung (Fuhr et al.,2012; Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017).

Hartmann-Kottek (2004, 2008, 2012) bezieht sich auf die Achtsamkeit des Therapeuten oder der Therapeutin auf phänomenologische Signale in der prozessualen Therapiearbeit, auf wahrgenommene Verhaltenseigenheiten als Sendboten unbewusster Information der Körpersprache. Mögliche Konflikte werden auf Körpersignale umgeleitet, sowohl negativer als auch positiver Art. Die Fremdwahrnehmung der Therapeutin oder des Therapeuten bei spontan auftretenden Veränderungen in Körperhaltung, in Gestik und Mimik, der Muskulatur (wie unbewusstes Ballen der Fäuste) oder Reaktionen des Nervensystems (wie erkennbare Hautrötung oder Mundtrockenheit), können dem Klienten und der Klientin bereitgestellt werden, um dessen beziehungsweise deren eigene Interpretation der Vorgänge auf dem Hintergrund seines oder ihres Erlebens und der Lebensgeschichte zu eröffnen, innere Konflikte und Betroffenheit bewusst wahrnehmen zu lassen und in weiterer Folge zu bearbeiten. Als Exempel führt Hartmann-Kottek (2004, 2008, 2012) eine Person an, die mit belegter, gepresster Stimme über ihren doch so komplikationslos verlaufenen, unproblematischen Scheidungsverlauf spricht. Die Aufdeckung von detaillierten individuellen innerprozessorischen Vorgängen lassen die Klientin oder den Klienten die Zusammenhänge und Bedeutung der Ereignisse für die eigene Identität erkennen und ermöglichen, von diesem Einzelnen die Sicht auf das Gesamte zu erfassen. Therapiegegenstand in der Arbeit mit älteren Menschen kann sein, bereits langandauernd bestehende Unterdrückungszustände der eigenen Bedürfnisse und Wünsche, die die Identitätsentwicklung beeinträchtigen, aufzuweichen und im Endziel zur Auflösung zu bringen.

Aus der Auffassung der Gestalttherapie ortet Hartmann-Kottek (2004, 2008, 2012) den signifikanten Gehalt der therapeutischen Beziehung in der Ich-Du-Haltung von Buber. Die Verfasserin spricht vom Aufbau eines Feldes, das TherapeutIn und KlientIn gemeinsam umfasst und innere empathische Begegnung und Beziehung im Hier und Jetzt erlaubt. Auf diesem Boden kann Ressourcenarbeit stattfinden. Im Vordergrund, vor

allem zu Therapieeingang, steht das Kennenlernen der Fähigkeiten, der Ressourcen, der Stärken und vermuteten Schwächen, die wesentlichen Eckpunkte des lebensgeschichtlichen Geschehens (Hartmann-Kottek, 2004, 2008, 2012). Besonders ältere Klienten und Klientinnen neigen zu einem Herabspielen der eigenen Fähigkeiten, zum Teil unterliegen bestimmte Themen einer Tabuisierung aus dem erlernten und verfestigten Wertesystem oder basieren auf Erfahrungen, die das eigene positive Wertungssystem langfristig untergraben haben. Therapeutische Unterstützung liegt in der Anregung zur Sicht der positiven Aspekte des Geschehens, Stärken können als stützende Ressource im Prozess eingesetzt werden. In dieser therapeutischen Methodik lassen sich die Grundlagen des Fünf Säulenmodells von Petzold in der Erkundung der Lebensbereiche mit ihrer unterschiedlichen Betonung und der Bewusstwerdung deren Zusammenhänge durch die Klientin oder den Klienten, erkennen, die in der therapeutisch begleiteten Identitätsarbeit bearbeitet und verändert werden können.

Staemmler (2015) schließt sich diesem Gedankengang von Hartmann-Kottek an und betont die Notwendigkeit zur Einbindung und des Schwingens zwischen der Ich-Du-Haltung und Ich-Es-Haltung in der Begegnung mit dem Klienten oder der Klientin als Mittel der gestalttherapeutischen Technik. Der Therapeut oder die Therapeutin begibt sich in Überlegung der Techniken, welche aus der Situation, den Bedingungen des Klienten, seinen Lebensumständen heraus als am besten geeignet erscheinen, kurzfristig in verhältnismäßige Distanz, um die Eindrücke und Zusammenhänge der identitären Situation des Klienten oder der Klientin für sich zu überdenken, um dann die Ziele seines Handelns festzulegen. Staemmler (2015) beschreibt diese Augenblicke Ich-Es-Haltung als notwendiges Instrumentarium zur Stützung der Ich-Du-Beziehung. Die kurze Weile der Ich-Es-Haltung steht „....für die notwendige Strukturierung der therapeutischen Situation erforderliche ‚Übersetzung‘ der Ich-Du-Haltung auf die Ebene des Handelns“ (S. 279).

Votsmeier-Röhr & Wulf (2017) sehen in der phänomenologischen Haltung das Instrumentarium, mittels dem die Klientin oder der Klient Zugang zum eigenen Erleben gewinnt, sich im Zusammenspiel mit den getätigten Erfahrungen selbst erfährt und in der Auseinandersetzung damit, im Kontakt und in der wertfreien Haltung des Psychotherapeuten beziehungsweise der Psychotherapeutin sich ermöglicht,

Erlebnisinhalte neu zu bewerten, Regulierungsvorgänge in Gang zu setzen und sich an die gegenwärtigen Realitäten anzupassen. Die Stärkung des Selbst im Supportprozess der gestalttherapeutischen Arbeit fördert das Wachstum des Verständnisses für sich selbst, die innere Auseinandersetzung mit Situationen schwerwiegender persönlicher Verluste, die für ältere Menschen vermehrt eintreten können, aber auch den Anreiz zur Neuorientierung der Identität. Support generiert im Kontakt zum Umfeld, in der persönlichen Beziehung, in der Verifizierung der dialogischen Sichtweise der Gestalttherapie.

Die Grundprinzipien der Gestalttherapie stellen gerade für Menschen zwischen 60 und 75 Jahren ein wichtiges Ressourcenpotential bereit, um den Kontakt und die Einbindung in die soziale Umwelt aufrecht zu erhalten, überholte innerpsychische Fixierungen und Spannungen zu lösen und analog zu jeder Lebensphase sich neu zu organisieren.

Die bisherigen Ausführungen bezogen sich auf Identitätswerdung und jene Ressourcen, die in der Identitätsarbeit zur Um- und Neuorganisation im Rahmen der Identitätsentwicklung bei Menschen zwischen 60-75 Jahren zum Erreichen eines homöostatischen Gleichgewichtes eingesetzt werden können. Fremdattributionen und Eigensicht sollen in Einklang gebracht werden. Die Beeinflussung von sozial determinierten Werthaltungen und festgefügt tradierten Bildern auf individuelle Einstellungen sind mächtig. Mit dem nächsten Abschnitt soll dem Ursprung der oft gängigen Alter(n)sichten auf den Grund gegangen werden, Zuweisungen, die nur allzu oft auf kollektiven Übertragungen und internalisierten frühen Erfahrungen beruhen. Mit dem Erkennen um die Herkunft dieser Einstellungen und der Kenntnis der maßgeblichen Hintergrundfaktoren für die Entstehung von Altersbildern und ihre Wirkungsweise eröffnen sich Wege zur veränderten Einschätzung und neuem Blick auf das Alter(n) und erleichtern so die psychotherapeutische Identitätsarbeit.

4 Altersbilder und Alterstheorien

Der Blick auf das Älter werden lässt, wie bisher herausgearbeitet, sowohl aus Eigensicht als auch aus der Definition der Anderen, der Gesellschaft, ein weitgestreutes Spektrum an polarisierenden Wertungen und Bedeutungszuordnungen zu. Eine Betrachtungsweise aus dem soziologischen Deutungsraum besagt, dass Alter einerseits ein subjektives Attribut darstellt, andererseits fremdbestimmt dazu dient, Menschen mit

bestimmten Merkmalen auszustatten, um sie einzuschätzen, beziehungsweise ihnen eine bestimmte Stellung in der Gesellschaft zuzuordnen (Breig & Leuther, 2007). Dieser Aussage folgend, bestehen auch in der gegenwärtigen Gesellschaft Entwertungstendenzen, indem Alter(n) mit negativen Eigenschaften, wie Wertlosigkeit, mangelnde Attraktivität in sämtlichen Belangen, besetzt wird, einem Stigmatisierungsprozess unterworfen. Als Ältere in diesem Sinn werden „...Frauen und Männer im Alter von 50 Jahren aufwärts“ (Breig & Leuther, 2007, S. 56) bezeichnet.

Steinfurt (2010) bezieht sich auf die Stellungnahme Petzolds (2012) im Identitätsdiskurs, der Identität als den tragfähigen, stabilisierenden Mechanismus des Menschen definiert. Diese Haltung spiegelt sich in seinem Modell der „Fünf Säulen der Identität“ wider. Daraus folgert Steinfurt (2010): „Identität ist zunächst die subjektive und lebenslang andauernde Entwicklungsaufgabe, sich als Einheit zu erleben. Die Konstruktionsaufgabe der persönlichen Identitätsarbeit erhält in der fortgeschrittenen Moderne neue Relevanz und hat auch (und wie es zu zeigen sein wird) im Dritten Alter Aufforderungscharakter“ (S. 23).

Lehr (2007) bezieht sich auf die Diskrepanz zwischen Eigen- und Fremdbewertung im Identitätsbild älterer Menschen. Die Einstellung der Anderen, des Kollektivs, kann mit schablonisierenden Erwartungsanforderungen ältere Menschen zu einer anpassenden Wahrnehmung ihrer Selbst, die mit der subjektiven Empfindung nicht stimmig ist, etwa einer Leistungsminderung im Zuge einer Anpassungshaltung, veranlassen. „...>>Man ist so alt, wie man sich auf Grund der Haltung der Gesellschaft oder der mitmenschlichen Umwelt einem selbst gegenüber fühlt<<“ (Lehr, 2007, S. 203). Solche Antizipationen der Umwelt an das eigene Rollenbild verändern das Selbsterleben, sowohl in positiver als auch negativer Hinsicht (Lehr, 2007).

Anpassungstendenzen resultieren nach Votsmeier-Röhr & Wulf (2017) aus dem Streben des Menschen, sein homöostatisches Gleichgewicht aufrecht zu erhalten. Die Autoren gehen von der Überlegung „...Die Person verwirklicht ihre Identität als Ganzheit“ (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017, S. 68) aus. Aus dem Blickwinkel der Feldorientierung bezieht sich dieses Konzept nicht nur auf die wechselseitigen Transferströme des Organismus mit dem Außen, sondern auch auf „...intrapyschische bzw. intra-organismische Kontaktprozesse zur Erhaltung der Ich-Identität der Person“ (Votsmeier-Röhr & Wulf, 2017, S. 69). Es ist das grundlegende Bedürfnis des

Menschen, das innere Gleichgewicht, die Homöostase, zu erreichen, bzw. aufrecht zu erhalten.

Radebold (1992) führt die Entwicklung eines subjektiven Eigenbildes vom Alter(n) auf einen langfristigen Prozess, beginnend mit der frühen Kindheit, zurück. In diesem Lebensabschnitt formieren sich, zumeist unbewusst, die ursprünglichen Erfahrungen mit Beziehungspersonen, die der Natur der Sache entsprechend, gegenüber dem Lebensalter des Kindes, älter sind. Das subjektive Erleben dieser Erfahrungen führt zur Bewertungshandlungen. Nachträgliche Korrekturen dieser ursprünglichen inneren Bilder gestalten sich schwierig. Folgernd aus diesem Vorgängen entwickeln sich individuelle Überzeugungen vom Alter(n), die ‚... im Sinne einer Rationalisierung durch philosophische und religiöse Vorstellungen gestützt werden. Dieses gesamte Bild wird an die Umwelt in Form von Ansichten, Annahmen, (Vor-) Urteilen und „Wissen“ weitergegeben‘ (Radebold, 1992, S. 17). Das individuelle Erleben des Menschen einerseits und die Sendungen der Gesellschaft andererseits führen zu einer Verdichtung der Einstellungen gegenüber einer Altersgruppe, im speziellen Fall der der Älteren.

Kruse & Wahl (2010) folgen der Betrachtungskonzeption, dass spezifische Sichtweisen auf das Alter stets von Menschen mit gleichem Erfahrungs- und Vorstellungsgehalt in einer bestimmten Zeitdimension vertreten werden, um wiederum von einem Spektrum von Bedeutungsverleihungen ersetzt zu werden, sobald sich die betreffende Generation aufgelöst hat und das betreffende Gedankenmaterial vergessen wird. Dieser Vorgang des kollektiven Vergessens sichert in der Kreation von Neuem das Überleben einer Gesellschaft. Ewiges Leben einer Generation würde bedeuten, dass ihr die Kompetenz des Vergessens verliehen sein müsse (Kruse & Wahl, 2010), um aus sich heraus den notwendigen Fortschritt zu produzieren. Der vorgestellte Ansatz birgt aber auch die positive Einsicht, dass jeder Mensch in seiner aus eigenen Erfahrungen konzipierten Welt lebt und damit auch die Welt seines Alt Seins- und Werdens in einem markanten Ausmaß bestimmen kann.

Wahl (2017) verweist auf die massive Bedeutung von im Bewusstsein unterschwellig aufgenommenen und internalisierten negativen Erfahrungen und Altersstereotypen für die Selbstwahrnehmung und -empfindung im eigenen Alter(n). Ausschlaggebend ist das Faktum, dass es sich dabei um unbewusste Vorgänge handelt, ‚...die sich damit auch den Möglichkeiten gezielter Gegenwirkung und bewusster Selbstregulationsprozesse

entziehen“ (Wahl, 2017, S. 66). Alter(n) stellt keinen selbstverständlichen Prozess dar, er beruht auf interpretativen Abläufen (Wahl, 2017).

Das nächste Kapitel betrachtet die historische und gegenwärtige Entwicklung von Alter(n)sbildern, entstanden aus kollektiven und individuellen Vorstellungen, wie Alter zu sein hat und welche Aufgabenstellungen diesem Lebensabschnitt zugeordnet werden.

4.1 Hintergründe und Bedeutung von Altersbildern

Altersbilder und verallgemeinernd Alterstheorien bauen sich, dem bisherigen Gesamtdiskurs folgend, aus der Verquickung höchstpersönlicher Anschauungen und gesellschaftlicher Regelungsbedürfnissen auf. Bereits in der Antike existierten unterschiedliche Definitionen über die Einordnung und Bewertung des Alters, vordringlich nicht eindeutig als selbständiger Gegenstand behandelt, sondern in der Auffassung eher verdeckt, mitgemeint (Göckenjan, 2000). Die Vorstellung einer naturgegebenen Weltenordnung erstreckte sich universell, vorbestimmt und ohne Diversifikation und Berücksichtigung individueller Unterschiede generell auf alle Menschen über den Lebensverlauf hin. Altersdiskurse waren von Beginn an mit Regulierungs- und Normierungsbedürfnissen der Gesellschaft verbunden (Göckenjan, 2000; Kolland, 2015). Erst die Entwicklungen der Gegenwart, die Loslösung von überdauernden Wertvorstellungen und Gesellschaftsstrukturen brachten einen Perspektivenwechsel in Ausrichtung auf eigene Gestaltungsfreiheit, die subjektive Formbarkeit des eigenen Geschickes in jeder Lebensphase, eingeschlossen der des Alter(n)s (Kolland, 2015). Die nachstehenden Ausführungen sollen verständlich machen, auf welchen Hintergründen, Entwicklungen und Mechanismen die Sicht auf das Alter(n) beruhen.

4.1.1 Historische Entwicklung von Altersbildern

Göckenjan (2000) beschreibt die generalisierte Auffassung vom Alter als Konstrukt normierter Erwartungen und Anforderungen an das Alter „Der Altersdiskurs ist ein Moraldiskurs“ (S. 25). Alter(n)sbeschreibungen spiegeln Ordnungsansätze im Rahmen der Generationsbeziehungen, Regelungsbedürfnisse der sozialen Umwelt und Lenkung der Lebensgestaltungen wider. Dies jedoch nicht in der Betrachtung der einzelnen

Phänomene, vielmehr in generalisierender Form, in Festlegung auf Gemeinsamkeiten (Göckenjan, 2000), um über negativ oder positiv konzipierte Vorbilder das Miteinander in den menschlichen Beziehungen aus dem Gesichtspunkt der sozialen Gemeinschaft zu einem bestimmten Zeitpunkt und unter gegebenen sozialen Verhältnisse zu lenken. Positive Vorbildwirkung geben jene ab, die sich dem Diktat der gesellschaftlichen Erwartungen beugen, negativ wird die Negierung der gängigen Verhaltenserwartungen bewertet und entsprechend sanktioniert. Ältere Menschen in der Zeit der Antike, vornehmlich mit dem männlichen Geschlecht assoziiert, verkörpern im positiven Sinn Autorität, die staatliche Macht. Göckenjan (2000) führt Platon an, demzufolge Autorität als höchste Staatsmacht Greisen, älter als 50 Lebensjahren, in einzelnen Positionen sogar 60 Lebensjahren, zugesprochen wird. Ein Symbol für die Verteilung der Machtverhältnisse, die sich in den Generationenbeziehungen widerspiegeln. Das Alter ist im gesellschaftlichen Kontext zur Weitergabe der Werte und Orientierungen, ausgerichtet auf den Vollzug des Generationenwechsels (Göckenjan, 2000) aufgerufen.

Zahlreiche Deutungsmodelle zu den Aufgabenstellungen des Alter(n)s in der Gesetzmäßigkeit der Weltenordnung generierten im Verbund mit numerischen Daten, häufig mit den Zahlen vier und sieben verbunden. Die Schlüsselzahl vier verwies in solchen Erklärungsmodellen auf die vier Jahreszeiten oder die vier Elemente (Schroeter, 2008, 2014). Entsprechend der angenommenen kosmischen Ordnung gilt die Siebenzahl als symbolhaft für eine Einteilung des Lebenszyklus in sieben Abschnitte, abgeleitet aus der Existenz der damals bekannten sieben Planeten. Noch im 19. Jahrhundert verwies die bildhafte Darstellung der Lebenstreppe auf die regelhaften Abläufe des Lebensvollzugs, von Geburt bis zum Höhepunkt des menschlichen Seins mit rund 50 Jahren, und den nachkommenden Phasen, geprägt von stetem Abbau und Verfall, vollendet mit dem Tod (Kolland, 2015). Gleich einer Moritat, zeigt das Lebenstreppe Modell nachdrücklich, wie die korrekte Befindlichkeit des einzelnen Menschen, passend zum Lebensabschnittsalter, sich zu gestalten habe.

Ende des 19. Jahrhunderts erfuhr der Alter(n)sbegriff infolge verstärkt technologischer und industrieller Entwicklungen, verbunden mit dem Fortschritt sozialer Gegebenheiten, eine historische Wende (Lehr, 2007). Das Modernisierungskonzept baute auf die Hinwendung zum Neuen, Unverbrauchten, den Fortschritt, auf. Naheliegend bedeutet diese Entwicklung die Abwendung von Althergekommenem, vor allem von bürgerlichen

Wertvorstellungen (Göckenjan, 2000). Diese Ausrichtung präsentiert sich mit Wesensmerkmalen der Jugend, behaftet mit den Qualitäten „... Lebendigkeit, Zuwendungsbereitschaft, Offenheit, Lernfähigkeit“ (Göckenjan, 2000, S. 228). Der literarische Ausgangspunkt für die Verkörperung der Jugendlichkeit als Lebensstil lässt sich, so sagt der Mythos, auf die Zeitschrift aus dem Jahre 1896 „...>>Jugend<<...“ (Göckenjan, 2000, S. 226) zurückführen, deren ursprünglicher Sendungsinhalt den damalig zeitpolitischen Forderungen nach Veränderung, Unbekanntem, der Erneuerung, entsprach. Obwohl die Herausgeber den fehlenden Zusammenhang mit Alterszuordnungen betonten und sich an eine freie, offene Gesinnung, unabhängig vom Alter der Leser wandten, entwickelte sich der Begriff des Jungseins zum erstrebenswerten Konzept. Jugend hebt sich damit von allen anderen Altersgruppen ab. Der Begriff der Jugend geriet zum Schlagwort, auch gegenwärtig ein anzustrebendes Ziel für Alle, das auch zum Pflichtprogramm älterer Menschen zählt, um nicht zum Ausgeschiedenen, Überalterten zu zählen (Göckenjan, 2000).

4.1.2 Altersbilder und-sichten der Gegenwart

Infolge der Realisierung neuer Errungenschaften und verbunden mit Verschiebungen im gesellschaftlichen System mit Ausklang des 19. Jahrhunderts, die in der Gegenwart ihre Fortsetzung finden, verloren althergekommene Werte, die soziale Laufbahnen und die Form der sozialen Beziehungen regelten, ihre Bedeutung. Ihre Stelle übernahm die Selbstbestimmtheit und Eigenverantwortung über die Lebensführung. Nicht mehr gesellschaftliche Einordnungssysteme und vorgegebene Lebensverläufe, die Halt versprachen, bestimmten die Position im Leben. Jeder Mensch zeitigt den Erfolg, den er durch individuelle Leistungsbereitschaft und Positionierungsfähigkeit im sozialen Gefüge zu erreichen vermag (Amann & Kolland, 2008, 2014). Das Prinzip der Selbstverantwortlichkeit, im positiven Sinne auch der Selbstbestimmung, ergießt sich über den gesamten Lebenslauf und verändert auch den Blick auf die Position älterer Menschen, die gleichfalls auf die eigenen individuellen Fähigkeiten zurückgeworfen sind (Amann & Kolland, 2008, 2014).

Diese Entwicklung der naheliegenden Vergangenheit stellt die Verbindung zu den Identitätstheorien der Postmoderne, wie sie Krappmann (1997), Keupp (2012) und Staemmler (2015) vertreten, her. Die Forderung nach unentwegter Passung, stetem

Ausverhandeln der eigenen Identität, ist die Aufgabe, vor die der Mensch der Gegenwart gestellt ist. Der Erhalt der Jugendlichkeit mit all ihren Eigenschaften, auch im späteren Lebensalter, zeichnet sich als Begleitsymptom des Wandels ab.

Einst lebenslaufgestaltende Bestimmungskriterien haben ihre Wirkungskraft eingebüßt, nicht zuletzt durch das verloren gegangene Bollwerk einer realistisch voraussagbaren Lebensdauer. In seiner Darstellung der Bedeutung der Lebensspanne als verlässliches Zuordnungsinstrument verweist Rosenmayr (2004) auf die Anfänge der Menschengeschichte, die von einer bestenfalls erreichten Lebenserwartung von etwa 25 Jahren spricht. Die gegenwärtige Erlebenaussicht der Menschen in fortschrittlichen europäischen Ländern umfasst nach dem sechsten Lebensjahrzehnt eine Spanne von noch weiteren 23 Jahren (Rosenmayr, 2004). Die Grenzsetzungen vergangener Alter(n)smodelle haben sich überholt. Ableitbar ist, dass kein als Absolutum definierter Beginn des Alter(n)s existiert, die Grenzen sind verschwommen, die Lebensqualität im Alterungsprozess unterliegt fortschreitend der Eigenverantwortung des Einzelnen. Die im 20. Jahrhundert sich verbessernde medizinische Situation und das Vorhandensein von existentiell materieller Lebensversorgung für ältere Menschen durch das Sozialsystem, fördern die Verbreitung der Langlebigkeit. Mit Blickpunkt auf die sozial verträgliche Machbarkeit werden auch bisherige Festlegungen des Alter(n)sbeginnes in Frage gestellt werden und sich die Grenzen der Forderung nach aktiver sozialer Teilhabe und Beitrag zum sozialen System erheblich nach oben verschieben (Rosenmayr, 2004; Lehr, 2007).

Auch Schroeter (2008, 2014) weist auf die Veränderungen der Sicht auf Altersbilder hin und resümiert, dass diese „...Ausdruck der jeweiligen gesellschaftlichen Strukturen und ihrer Deutungsmuster sind und dass es historisch bedingt ist, ob in einer Gesellschaft das Bild der weisen, gerechten und politisch mächtigen Greise oder das Bild der gebrechlichen, verwirrten und hilfebedürftigen Alten dominiert“ (Schroeter, 2008, 2014, S. 287).

Gegebener Ansicht schließt sich Schmidt (2011) an: „Altersbilder sind ein Produkt individueller und kollektiver Sozialisationserfahrungen in vorangegangenen Lebensabschnitten und aktueller Lebensbedingungen...“ (Schmidt, 2011, S. 22). In Bezug auf die Stereotypen der Alter(n)sbewertung: „Altersbilder werden dabei primär als erworbene, kulturell verankerte Denkmuster verstanden, die aber erst im Alter - so

die These - weitgehend unreflektiert auf die eigene Person bezogen und in das Selbstbild übernommen werden....“ (Schmidt, 2011, S. 22).

Die Betonung der neueren Theorien zur Identitätsformung liegt in der Dominanz der Bedeutung des gesellschaftlichen und kulturellen Einflusses, der Passung des Einzelnen an diese Gegebenheiten in Eigenverantwortung. Die Gestalttherapie (Ladisich-Raine & Pernter, 2012) sieht in den gegenwärtigen Entwicklungen der Anforderungen einer postmodernen Welt die Zersplitterung von identitätsstützenden Elementen, den Verlust der Stützung durch gesellschaftlich gesetzte Werte. Der Ruf nach Vielfältigkeit steht im Widerspruch zum Bedürfnis nach Ganzheit. Der Mensch ist auf sich selbst zurückgeworfen. Eine hohe Anforderung, die zu inneren Ängsten, dem Empfinden, nicht zu genügen und den gestellten Forderungen nicht gewachsen zu sein, führen können (Ladisich-Raine & Pernter, 2012). Die Fähigkeit zur Eigenrealisierung einer pluralistischen, vielschichtigen Identität gerät zur existenzsichernden Bedingung. Die Identitätsarbeit in der Gestalttherapie kann bei der Bewältigung dieser neuen Kompetenzanforderungen unterstützen, sie kann die Wahrnehmung des Selbst in Bezug auf das Denken, Fühlen und des Selbstverständnisses in die eigene Souveränität stärken.

Mit den Worten der Autoren Ladisich-Raine & Pernter (2012) ‚... „Leiblich- spürhaft“...‘ (S. 346) wird vermittelt, ‚... wie wir unser Gewahrsein schulen können, welche Möglichkeiten und Handlungsspielräume wir als verwobene und aufeinander bezogene Menschen in den konkreten Umständen haben, mit den Unsicherheiten, den großen „Aber“ im Gefüge und Auf und Ab des Lebendigen‘ (S. 346).

Staemmler (2015) bezieht sich in seiner Anschauung der postmodernen Entwicklung auf ein Selbst, das sich nicht mehr auf der Stützungsbasis feststehender Werte und Weltansichten konstruieren kann, sondern einer Vielzahl von Wahlmöglichkeiten gegenübersteht, aus denen er seine individuelle Auslese trifft oder resigniert. Es ist zu erwarten, dass der zwingende Anspruch auf Pluralität und stete Neuanpassung an die gegebenen Verhältnisse des sozialen Umfeldes den gesamten Lebenszeitraum eines Menschen erfassen wird, wobei das Bild des alternden oder alten Menschen gleichermaßen betroffen ist. Dieser Prozess ist nicht nur einer der Verluste, sondern auch der Chance, die Buntheit und Vielfältigkeit des Lebens bewusst zu erleben (Staemmler, 2015).

4.2 Psychosoziale Alterstheorien

Wie auch Identitätstheorien darauf ausgerichtet sind, Phänomene, bzw. Teilaspekte der Wirklichkeit zu erklären, abzubilden und daraus und künftige Handlungsalternativen zu entwickeln, zielen auch Alterstheorien auf die Erklärung von Veränderungen der wechselseitigen Beziehungen zwischen Individuum und Gesellschaft im Zeitverlauf und auf die Steuerungsmöglichkeiten künftiger Entwicklungen (Tesch-Römer, 2010). Im Hinblick auf die individuelle Eigenschaft des Alter(n)sprozesses, involviert in sozialen Strukturen, formuliert Tesch-Römer (2010) „Individuelle Entwicklung und Altern bedeuten also nicht allein, dass ein Individuum sich im Laufe der Zeit verändert, sondern auch, dass diese lebenslange Entwicklung in den gesellschaftlichen Wandel eingebettet ist, und durch historische Ereignisse beeinflusst wird“ (S. 44).

Die Eigenschaft von Theorien als perspektivische Sichtweise (Tesch-Römer, 2010) bestätigend, betrachten Fiehler & Fitzner (2012) die miteinander harmonisierenden Sinngehalte der Begriffe der ‚... „Perspektivität“...‘ (S. 300) und der Alterssicht. Bei jedem Charakterisierungsversuch des Alters wird ein bestimmter Blickwinkel eingenommen, der nicht das Gesamtspektrum der Wirklichkeit zu erfassen fähig ist, sondern nur einen Teilausschnitt wahrnehmen lässt, einen eingegrenzten Aspekt des gesamten Wahrnehmungspotentials (Fiehler & Fitzner, 2012).

Radebold (1992) stellt in seiner Übersicht der Alter(n)sstheorien auf die Differenzierung der Denkperspektiven, in eine Teilung in psychologische und soziologisch bestimmte Erklärungsmodelle, ab. Psychologische Theorien gehen von der Annahme des unabwendbaren gesamtbiologischen Abbaus, dem fortschreitenden Verlust der körperlichen und psychischen Funktionen, aus. Es kommt zu einer Auflösungstendenz der sozialen Beziehungsstrukturen, die aber wiederum durch organische Regressionsprozesse bedingt sind. Psychologische Theorien verkörpern den Ausblick auf die Vorgänge aus subjektiver Betrachtung.

Soziologische Theorien dagegen erklären die Entwicklungen des Alterungsprozesses aus dem Gesichtspunkt der Gesellschaft, die ältere Menschen als Belastung für das Gemeinwesen ansieht, jedoch sich der Verpflichtung zur Stützung unterworfen fühlt. Radebold (1992) konkretisiert diese Unterstützungsleistung mit der Dynamik der Gesellschaft, ältere Menschen aus dem aktiven Gesellschaftsleben auszugliedern und an den Rand des sozialen Geschehens zu drängen. Der Altersprozess in diesem Sinn

wird „...als ein soziales Leiden aufgefaßt, das die Gesellschaft bedroht, wenn es sich zu weit ausbreitet, z. B. bei steigender Lebenserwartung“ (Radebold, 1992, S.73).

Diese Auffassung wird in der im Späteren behandelten Disengagement-Theorie ihren Nachhall finden.

4.2.1 Anfänge und Entwicklung der Alter(n)sforschung

In Erforschung der Zusammenhänge bei der Entwicklung von Altersbildern stellt Göckenjan (2000) fest, dass aus den, in der Antike gängigen Altersbeschreibungen infolge ihrer „... dominierend impliziten Art...“ (S. 36), eindeutige Alterstheorien, die der damaligen Zeit zuzusprechen sind, nicht ableitbar sind. Die ersten wissenschaftlich beeinflussten Ergebnisse zur Erforschung von Alter(n)sprozessen generierten im Zeitraum des zweiten Drittel des 19. Jahrhunderts bis Ende des ersten Weltkrieges. Methodische Forschungsarbeiten auf diesem Wissensgebiet bemühten sich vorrangig um Objektivierung, der Heranziehung von quantifizierbaren Messgrößen um allgemein gültige, qualifizierte Aussagen über Alter(n)sprozesse tätigen zu können (Lehr, 2007).

In den Jahren „...1918 bis 1940...“ (Lehr, 2007, S.15) fundamentierte sich eine neue Disziplin im Sinne einer methodisch betriebenen Altersforschung. Die Methoden aus den Anfängen der Alter(n)sforschung weiterführend und verfeinernd, war dieser Zeitraum von experimentellen Studien und vergleichende Testungen geprägt. Im Vordergrund standen Messungen der Intelligenz, Leistung und Reaktionsfähigkeit (Lehr, 2007). Aus solchen vergleichenden Untersuchungen sich herauschälende Veränderungen der körperlichen und psychischen Leistungsfähigkeit wurden ohne Berücksichtigung anderer möglichen Wirkungsfaktoren auf die defizitäre Entwicklung im Alter zurückgeführt.

In den vierziger Jahren des 20. Jahrhunderts entwickelten sich die Methoden der Testungsverfahren differenzierter und in optimierter Form, und fanden in den Wechsler-Skalen, einer Messmethode der Intelligenzleistung, die noch in der Gegenwart in Anwendung steht, ihren Niederschlag. Die den Wechsler-Skalen zum Einsatz gebrachte Untersuchungsmethodik integriert unterschiedlicher Funktionsergebnisse zu einem Gesamtergebnis, das die Absenkung der Intelligenz ab dem 55. Lebensjahr feststellt (Lehr, 2007). Für die Autorin (Lehr, 2007) liegt die berechtigte Vermutung nahe, dass

die Aussagen der Wechsler-Skalen, die auch gegenwärtig noch in Verwendung stehen, zu einer Beeinflussung in der Einstellung und Bewertung gegenüber dem Alter geführt haben und das hartnäckige Verharren des Defizitmodelles in der allgemeinen Denkungsweise mit verursachen.

In den Jahren nach dem zweiten Weltkrieg weitete sich die die Lehre der Alter(n)sforschung aus und lässt, vorrangig beginnend mit den sechziger Jahren des zwanzigsten Jahrhunderts, die Entstehung vielfältigerer Erklärungsmodelle aus unterschiedlicher Perspektivität zu (Lehr, 2007).

Die in den Anfängen der Altersforschung vorherrschende Ausblick auf das Alter aus einer vorrangig biologischen Betrachtungsweise des unaufhaltbaren körperlichen Verbrauchs und Abbaus, verbunden mit den psychologisch betrachteten Folgen des Rückzugs aus dem sozialen Leben schlägt sich in Defizitversionen der Alterstheorien nieder, von denen die Disengagement-Theorie, entstanden am Beginn der sechziger Jahre des zwanzigsten Jahrhunderts , von nachhaltiger Bedeutung ist.

4.2.2 Die Disengagement-Theorie

Tesch-Römer (2010) umschreibt den Grundgedanken von Disengagement als naturgegebenen Rückzug aus sozialen Verpflichtungen und Beziehungen. Die Theorie geht von der Annahme aus, dass die Todeswahrscheinlichkeit prinzipiell im Alter steigt und mit dem Nachlassen der körperlichen Funktionsfähigkeit untrennbar verbunden ist. Auch Tesch-Römer (2010) bezieht sich auf die Ansicht, dass die Funktionsfähigkeit der Gesellschaft nur aufrechterhalten werden kann, wenn ihre Mitglieder unbeeinträchtigt von dauernden gesundheitlichen Schäden und Dysfunktionen und in Erwartung einer noch ausreichend zu erwarteten Lebensdauer zum Erhalt des Systems beitragen können. Der Beitrag der Gesellschaft zur Wahrung dieser Strukturen liegt in der rechtzeitigen Aufforderung der Betroffenen zur Übergabe der kollektiven Rollen und forciert den übergreifenden fortschreitenden Rückzug aus allen sozialen Beziehungen.

In Fortsetzung dieses Gedankenprozesses sieht auch Lang (2004) den Ausgangspunkt der Disengagement-Theorie in der Verringerung der Lasten für die Gesellschaft aber auch für den Einzelnen. Mit der schrittweisen Lösung von sozialen Aufgaben nehmen die persönlichen Belastungen zur Einhaltung von bestimmten sozialen Normen und von

sozialem Engagement ab, ein Entgegenkommen für ältere Menschen aus Sicht dieser Theorie. Der Verfasser fügt in seinen Ausführungen eindeutig an, dass diese Alterssicht empirisch eindeutig widerlegt sei, auf Grund der widersprüchlichen Auseinandersetzungen jedoch weitreichende Popularität genießt.

Bestätigung finden diese Worte in der Konstruktionsbildung zur Disengagement-Theorie bei Kruse & Wahl (2010). Genannte Autoren orten im Disengagement Verhalten älterer Menschen deren Erwartungshaltung hin auf das nahende Ende. In Vorbereitung darauf steigt das Verlangen, die sozialen Bande, die den Menschen an das Hier und Jetzt binden, beständig zu lockern. Die Disengagement-Theorie vertritt universellen Anspruch, im Sinne einer allgemeinen Gültigkeit für die menschliche Entwicklung.

4.2.3 Die Aktivitätstheorie

Gleichfalls in den sechziger Jahren des vorigen Jahrhunderts entstanden, vertritt die Aktivitätstheorie die Ansicht, dass erst der soziale Rückzug den Abbau der Funktionen fördert, da selbstverständliche Aktivitäten körperlicher und geistiger Art nicht mehr ausgeführt werden und demzufolge verkümmern. Die Bemühungen zur Aufrechterhaltung sozialer Interaktionen sind nicht als Belastung für den Älteren anzusehen, vielmehr stellen sie eine Voraussetzung für hohe Lebensqualität im Alter dar. Auch in diesem Forschungskonzept zeigen sich gleich der Disengagement-Theorie Fehlannahmen in der empirischen Beweisführung. Der Anspruch auf universelle Geltung, einem Merkmal der Disengagement-Theorie, setzt sich, gleichermaßen nicht allgemein zutreffend, in der Aktivitätstheorie fort. Individuelle Entwicklungen im Alter(n)sverlauf bleiben auch hier unberücksichtigt (Lang, 2004).

In ihrer Abhandlung der Aktivitätstheorie setzen Kruse & Wahl (2010) den Schwerpunkt dieser Sicht des Alter(n)sverlaufes auf das „...*Gefühl, gebraucht zu werden...*“ (Kruse & Wahl, 2010, S. 227). Ident mit Lang (2004) wird in diesem Zusammenhang auf die Entwicklung verwiesen, der zufolge die, im Rahmen des Alterungsverlaufes auftretenden Verschlechterungen des physischen und psychischen Wohlbefindens, auf negative Attributionen in Bezug auf das Alter(n) seitens der Umwelt, beziehungsweise der Gesellschaft zurückzuführen sind.

Wie auch die Disengagement Theorie, tritt auch in der Aktivitätstheorie die Bedeutung sozialer Beziehungen als Grundstein des menschlichen Lebens, wenngleich aus einer gegensätzlichen Perspektive, in den Vordergrund. Die weitere Entwicklung der Aktivitätstheorie führte zum Ergebnis, dass vor allem die Intensivierung näherstehender Kontakte, wie Familienbeziehungen oder Freunde, zur positiven Befindlichkeit im Alter(n) beitragen.

Lang (2004) deutet in neueren Entwicklungen der Altersforschung den Versuch der Berücksichtigung vielfältiger, aufeinander Einfluss nehmender Wirkungsfaktoren. Das Augenmerk liegt nicht mehr isoliert einseitig in der Kraft der gesellschaftlichen Vorgänge. Vielmehr formt sich das individuelle Ergebnis des Alter(n)sprozesses aus einem Wechselspiel zwischen sozialen Umwelteinflüssen und höchstpersönlichen Verarbeitungs- und Anpassungsprozessen des Menschen an die Anforderungen dieser Umwelt unter Befriedung der eigenen Bedürfnisse (Lang, 2004). Dieser Ansatzpunkt erinnert an die Entwicklung der Identitätstheorien der postmodernen Gegenwart, wie bereits in den Vorkapiteln ausführlich dargestellt, die für die Gegenwart die Forderung nach einer sich kontinuierlich an die Forderungen der Umwelt sich anpassenden Individualität stellen.

So entwickelten sich im Bereich der Alterstheorien, abhängig von den fortschreitenden Veränderungen der sozialen Strukturen und den Veränderungen der Lebenserwartung zahlreiche neuere Theorien, darunter die Kontinuitätstheorie, die dann von einer erhöhten Lebenszufriedenheit im Alter spricht, wenn die Lebensverhältnisse im Alter denen in früheren Lebensperioden entsprechen. Damit können sowohl erhöhte Lebensaktivitäten als auch Rückzugstendenzen durchaus zum individuellen Wohlfühl eines Menschen beitragen. Dieser Vorgang entspricht dem Prinzip der Kontinuität im Lebensverlauf. Durch Aufrechterhaltung von nahen Beziehungen bleibt die Kontinuität zwischen stabilen vergangenen Strukturen und gegenwärtigen neuen Anforderungen infolge erleichterter Anpassungsbedingungen (Kruse & Wahl, 2010; Tesch-Römer, 2010) erhalten.

Kulturspezifische Theorien des Alter(n)s stellen auf den Einfluss der kulturellen Komponente auf die Sicht des Alter(n)s ab und beschäftigen sich mit der Stellung des Menschen im Prozess des Alter(n)s, wobei Untersuchungen im Bezug auf den

Modernisierungsstatus einer Gesellschaft eine erhöhte negative Beurteilung des Alters bei hoher Modernisierung ergaben (Lehr, 2007).

Die Bedeutung der kulturellen Einflussgröße in den Bereich der Alter(n)sforschung wird auch von Kolland (2015) in Diskussion gestellt. Der Verfasser dieses Beitrages zielt auf eine gegenwärtigen Metamorphose der Sichtweise, sich abwendend von der Konzentration auf soziale Strukturen, sich hinwendend auf eine kulturelle Sicht des Alter(n)s. Bedingt durch die Vielfältigkeit der modernen Lebensstile vollzieht sich ein vermehrter Prozess der Individualisierung, der auch den älteren Menschen zu Aktivität und Selbstgestaltung im Sinne eines persönlich abgestimmten Lebenskonzeptes veranlasst (Kolland, 2015). Insofern entspricht dieser Ablauf der gelungenen Aushandlung einer individuell geprägten mit der Gesellschaft ausgehandelten und gepassten Lebensform.

Dieses moderne Konzept der Alter(n)sforschung nähert sich den Überlegungen für ein „...interaktionistisches Modell der Bedingungen von Langlebigkeit und Altwerden bei psychophysischem Wohlbefinden“ (Lehr, 2007, S. 72).

4.2.4 Interaktionistisches Modell

Neue Identitätstheorien stellen die Selbstregulation im Sinne pluralistischen Denkens, permanente Anpassung an neue Anforderungen der Gesellschaft und stetes Aushandeln der eigenen Identität in den Mittelpunkt der Ansprüche an den Menschen der Postmoderne. Staemmler (2015) spricht in seiner dialogischen Selbsttheorie, Punkt 1.2.4 dieser Arbeit, von Dialogizität und Pluralität. Dialogizität unter dem Paradigma, dass die Herausbildung eines Selbst sich nur aus der Interaktion mit Anderen ermöglicht, und ableitend davon Pluralität, entstanden durch die Vielfalt von bedeutenden zwischenmenschlichen Beziehungen, die als Teilaspekte in das Selbst eingehen und in der Übernahme von differenzierten sozialen Rollen die entsprechende Reaktion und Bewegung in vielgestaltigen gesellschaftlichen Situationen der Postmoderne erst ermöglichen.

Forschungen über die Voraussetzungen zur Langlebigkeit ergaben, dass keine einzelne Einflussgröße sondiert werden kann, die alleinige Verantwortung für den Zustand der Langlebigkeit trägt. Vielmehr ist eine Vielzahl von Variablen und die Art ihres

Zusammenspiels für eine längere Lebenserwartung ausschlaggebend (Lehr, 2007). Dazu zählen als direkte Steuergrößen „Genetische, physiologische und biologische Faktoren...“ (Lehr, 2007, S. 72), die Grundlagen für eine höhere Lebenserwartung bereitstellen. Als hinzukommende Einflussgrößen erweisen sich zudem „...Sozialisationsprozesse...“ (Lehr, 2007, S. 72) und „...ökologische Faktoren...“ (Lehr, 2007, S. 72). Dazu resümiert Lehr (2007): „Enge Korrelationen zwischen Aktivität und Langlebigkeit sind heute bewiesen“ (S. 72). Direkte Beziehungszusammenhänge ergaben sich zwischen Langlebigkeit und sozialem und beruflichem Status, Gesundheitsmaßnahmen und Prävention, Lebensstil und individueller Einstellungen, sozialem Umfeld und individuellen genetischen und biologischen Voraussetzungen. Noch ist die Gesamtheit der beeinflussenden Parameter nicht erfasst, Forschungen im Rahmen interaktionistischer Modelle gehen von breit gestreuten Indikatoren unterschiedlichster Genese, wie auch dem Zusammenhang zwischen kognitivem Abbau und verschlechternder psychischer Befindlichkeit, aus. Verbleibend kann festgestellt werden, dass die Methode der interaktionistischen Sichtweise mit der Erforschung der Wechselbeziehungen einflussnehmender Indikatoren für die Erreichung eines körperlichen, sozialen und psychischen Wohlempfindens, dem Nährboden für Langlebigkeit, befasst ist (Lehr, 2007). Diese Ziele decken sich mit Inhalten der Identitätsarbeit in der Integrativen Gestalttherapie, die von Ladisich-Raine & Pernter (2012) im Sinne von Perls in ihrem Wesen als Methode für „...Wachstum, Lebensfreude und Entwicklung...“ (S. 350) beschrieben werden.

Für die Altersgruppe der gegenwärtig 60-75 jährigen Menschen, deren soziales Umfeld in beruflicher und privater Hinsicht, der gesundheitliche und soziale Status sowie ihre Aktivitäten sich noch nicht oder erst in geringerem Grad verändert haben, kann das Wissen um nicht universell ablaufende Alter(n)sprozesse, die Rolle der Gesellschaft zur Generationsregulierung und das Vorhandensein von Alternativen zur Selbststeuerung, das Verständnis für die die eigene Situation stärken und die Erreichung des inneren Gleichgewichtes, des Wohlbefindens, forcieren.

5 Resümee und Ausblick

Der zentrale Schwerpunkt der vorliegenden Masterarbeit liegt in der Frage nach den Möglichkeiten und Bedingungen der Identitätsentwicklung bei Menschen zwischen 60 und 75 Jahren. Damit war grundsätzlich die Forschung nach der Identität an sich, nach dem „Wer bin ich“ verbunden, die seit Beginn der Menschheitsgeschichte Diskursthema ist. Um ein abgerundetes Bild der Sichtweisen und Auffassungen zum Verständnis der komplexen Zusammenhänge der Identität zur Verfügung zu stellen, wurden in dieser Arbeit unterschiedliche Ansätze zur Erklärung der Identität aufgezeigt, die stets von sozialen Einflüssen und damit untrennbar verbunden, von individueller Entwicklung im Zeitgeschehen getragen sind. Identität generiert aus dem Zusammenspiel innerpsychischer Prozesse und gesellschaftlicher Vorgänge. Auf neurowissenschaftlich belegter Ebene bewies sich die lebenslang währenden Plastizitätsfähigkeit des Gehirns, aus der die lebenslang währende Entwicklungsmöglichkeit der Identität erwächst und gleichsam auch ältere Menschen betrifft. Das Vermögen zur Veränderung und Neuformung der Identität führte mich in den zweiten Hauptbereich der Arbeit, zu den Ressourcen, die die Identitätsentwicklung von Menschen zwischen 60 und 75 Jahren unterstützen und stärken können.

In Heranziehung des Modells der „Fünf Säulen der Identität“ von Petzold, die die identitätsbestimmenden Lebensbereiche des Menschen abbilden und im Besonderen in der psychotherapeutischen Identitätsarbeit eingesetzt werden können, treten die Möglichkeiten zur Stützung des individuellen Wohlbefindens, der Behebung von vorhandenen Dissonanzen zwischen den einzelnen Säulen auf dem Weg zur Erreichung eines homöostatischen inneren Gleichgewichtes deutlich hervor.

Identitätsarbeit in der Psychotherapie soll den Anstoß geben, Änderungen zu vollziehen und Neuanfänge zu wagen. Welche Problematiken und Stolpersteine diesem Weg entgegenstehen können wird im Rahmen dieser Arbeit aufgezeigt, einerseits dienlich der Eigenreflexion der TherapeutInnen, andererseits um diese Negativeinflüsse zu erkennen und beseitigen zu können. Aufgezeigt wird in diesem Kontext die Bedeutsamkeit der Methodik der Gestalttherapie, in ihrer phänomenologischen, dialogischen Grundauffassung, der Konzentration auf die gegenwärtige Situation, auf das individuell Einzigartige der Person, die Arbeit mit dem Gegebenen im Hier und Jetzt, eine Form der Zuwendung, die dem Klienten oder der Klientin die Eröffnung ihres

Innersten erleichtert und vertrauensvolle Identitätsarbeit ermöglicht. Dieser Zugang der Gestalttherapie fördert die Identitätsarbeit mit älteren Menschen, die ihr Entwicklungspotential auf Grund allgemeingültiger Annahmen vom Profil des Alters als degenerativer Allgemeinprozess ohne differenzierte Identitätsbetrachtung oft nicht wahrnehmen können und dürfen. Um den Blickwinkel für solche identitätsbildende Fremdattributionen zu schärfen, rundet der letzte Arbeitsabschnitt mit dem Aufzeigen der Entwicklung von Alterssichten und Alterstheorien, die den jeweiligen Stand der kulturellen und gesellschaftlichen Lage widerspiegeln, die Thematik der Identität und Identitätsentwicklung 60-75 jähriger Menschen ab. Fremdsichten, die Meinung der Gruppen, von denen der Mensch sich Anerkennung erhofft und wünscht, erfordern Anpassung an das gewünschte Persönlichkeitsbild, können entwicklungsfördernd, aber auch zutiefst entwicklungshemmend und-hindernd wirken.

Im Zuge meiner Thesenbehandlung ergaben sich weitere Überlegungen, die als Grundlage für separate Themenbearbeitungen von Interesse sein könnten.

Die Sichtweise auf das Alter hängt, wie bei Radebold (1992) unter Punkt 1.3 der Arbeit bereits erwähnt, maßgeblich von den aus Erfahrungen der frühen Kindheit entstandenen, verinnerlichten Bildern vom Altern ab. Dieser Umstand führt mich zur Überlegung ob, inwieweit und in welcher Form das eigene innere Bild der Therapeutin oder des Therapeuten vom Alter(n) Einfluss auf die therapeutische Beziehung und die Setzung therapeutischer Ziele Einfluss nehmen kann. Ein wichtiges Thema, das in eine Masterthese Eingang finden könnte.

Empirische Forschungen aus interaktionistischer Sicht, wie in dieser Arbeit in den „Fünf Säulen der Identität“ und dem Interaktionistischen Modell aufgegriffen, haben erbracht, dass die Lenkung des Alterungsprozesses von vielerlei Variablen, unter anderem dem sozialen und beruflichen Status, den materiellen Bedingungen und den inneren Einstellungen abhängt. Dazu waren Menschen mit unterschiedlichen Lebensbedingungen heranzuziehen. Anzuregen wären tiefer differenzierende empirische Forschungen innerhalb einer herausgehobenen Altersklasse mit homogenen Lebensvoraussetzungen, z.B.im Bereich der 60-75 Jährigen mit ähnlichen Lebensstilen und Voraussetzungen, um mögliche Differenzen in der psychischen und physischen Entwicklung dieses verengten Samples extrahieren und die Ursachen für mögliche unterschiedliche Entwicklungen untersuchen zu können.

In der intensiven Befassung mit den Fragestellungen um das Alter(n) wurde mir die Brisanz dieser Thematik bewusst. Einerseits zeigen gesellschaftliche Altersbilder ein undifferenziertes, meist negativ konnotiertes Bild des Alters, andererseits stimmt diese Sicht nicht mit den tatsächlichen Lebensumständen und inneren Entwicklungen älterer Menschen in der Gegenwart überein. Eine schwierig handzuhabende Situation, dem Druck der sozialen Umwelt auf Anpassung entweder zu widerstehen oder aber sich zu fügen und ein selbsterfülltes Leben aufzugeben. In meiner eigenen Praxis in der Arbeit mit Älteren zwischen 60-75 Jahren erfahre ich Menschen, die tatkräftig im Leben stehen, Lebensziele eindeutig formulieren und umsetzen möchten, wobei die zugrunde liegenden Problematiken sich nicht von den jüngerer Menschen unterscheiden. Zur Umsetzung der Ziele ist jedoch stabile Stützung nötig, denn introjizierte gesellschaftliche Wertvorstellungen und gesellschaftlich real gesetzte Barrieren können bei der Verwirklichung hinderlich entgegenreten. Besonders möchte ich auf die Bedeutung der Methodik der Integrativen Gestalttherapie in der Praxisarbeit hinweisen, wie bereits vorstehend dargestellt. Die phänomenologische Grundhaltung erleichtert mit der Forderung nach bewertungs- und deutungsfreier Wahrnehmung des Anderen den Zugang und die Beziehungsaufnahme zu älteren Klienten oder Klientinnen.

Dazu möge folgendes Abschlusszitat meine Arbeit abrunden:

*NICHT DAS ALTER IST DAS PROBLEM, SONDERN UNSERE
EINSTELLUNG DAZU*

(Tullius Cicero, 106 – 43 v.Chr., römischer Philosoph)

LITERATURVERZEICHNIS

- Amendt-Lyon, N., Bolen, I. & Höll, K. (2004). Konzepte der Gestalttherapie. In M. Hochgerner, H. Hoffmann-Widhalm, L. Nausner & E. Wildberger (Hrsg), *Gestalttherapie* (S. 101-124). Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG.
- Amann, A. & Kolland, F. (2008, 2014). Kritische Sozialgerontologie – Konzeptionen und Aufgaben. In A. Amann & F. Kolland (Hrsg.), *Das erzwungene Paradies des Alters?. Weitere Fragen an eine Kritische Gerontologie* (2.Auflage) (S. 1-28). Wiesbaden: Springer VS.
- Backes, G. M. (2008,2014). Potenziale des Alter(n)s-Perspektiven des homo vitae longae? In A. Amann & F. Kolland (Hrsg.), *Das erzwungene Paradies des Alters?. Weitere Fragen an eine Kritische Gerontologie* (2.Auflage) (S. 71-108). Wiesbaden: Springer VS.
- Bilden, H. (1997). Das Individuum-ein dynamisches System vielfältiger Teil-Selbste. Zur Pluralität in Individuum und Gesellschaft. In H. Keupp & R. Höfer (Hrsg.), *Identitätsarbeit heute, Klassische und aktuelle Perspektiven der Identitätsforschung* (S. 227-249). Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Birbaumer, N. & Zittlau J. (2014). *Dein Gehirn weiss mehr, als du denkst. Neueste Erkenntnisse aus der Hirnforschung* (4. Auflage). Berlin: Ullstein Buchverlage GmbH.
- Blackburn, E. & Epel. E. (2017). *Die Entschlüsselung des Alterns. Der Telomer-Effekt* (2.Auflage). München: Wilhelm Goldmann.
- Bock, W. & Staemmler ,F.M. (1994). Gestalttherapeutische „Live“-Supervision. In C. Freiler, D. Ventouratou-Schmetterer, C. Reiner-Lawugger & R. Bösel, *100 Jahre Fritz Perls, Tagungsband der Internationalen Psychotherapietagung der Fachsektion für Integrative Gestalttherapie ÖAGG* (S.214-221). Wien: Facultas-Universitätsverlag Ges.m. b. H.

- Bohleber W. (1997). Zur Bedeutung der neueren Säuglingsforschung für die Psychoanalytische Theorie der Identität.
- Breig, I. & Leuther, V. (2007). *50plus und arbeitslos-ohne Arbeit leben lernen?!*. Berlin: Frank & Timme GmbH Verlag für wissenschaftliche Literatur
- Buber, M. (1954/2017). *Das dialogische Prinzip, Ich und Du Zwiesprache, Die Frage an den Einzelnen, Elemente des Zwischenmenschlichen, Zur Geschichte des dialogischen Prinzips* (14. Auflage). Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
- Damasio, A. (2013). *Selbst ist der Mensch. Körper, Geist und die Entstehung des menschlichen Bewusstseins* (1. Auflage). München: Siedler Verlag.
- Dandekar, T. (2004). Molekular-und evolutionsbiologische Aspekte des Alterns. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie. Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 151-166). Bern: Verlag Hans Huber.
- Davidson R. & Begley, S. (2012). *Warum wir fühlen, wie wir fühlen. Wie die Gehirnstruktur unsere Emotionen bestimmt–und wie wir darauf Einfluss nehmen können*. München: Random House GmbH.
- Ding-Greiner Ch. & Lang E. (2004). Alternsprozesse und Krankheitsprozesse-Grundlagen. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie. Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 182-206). Bern: Verlag Hans Huber
- Dürckheim, K. Graf (1979). Alt werden-Zeit der Verwandlung. Einige Gedanken zur Therapie des alten Menschen. In H. Petzold & E. Bubolz (Hrsg.), *Psychotherapie mit alten Menschen* (S.21-38). Paderborn: Junfermann – Verlag.
- Erikson, E. H. (1988/2016). *Der vollständige Lebenszyklus* (9. Auflage). Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Fiehler, R. & Fitzner, W. (2012). Bilder des Alters im Sprachgebrauch. In F. Berner, J. Rossow & K.P. Schwitzer (Hrsg.), *Individuelle und kulturelle Altersbilder. Expertisen zum Sechsten Altenbericht der Bundesregierung, Band 1* (S.289-372). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

- Freund, A. M. (2004). Entwicklungsaufgaben. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie. Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 304-313). Bern: Verlag Hans Huber.
- Fuchs, T. (2017). *Das Gehirn–ein Beziehungsorgan. Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption* (5. aktualisierte und erweiterte Auflage). Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH.
- Fuhr, R., Sreckovic M. & Gremmler-Fuhr, M. (2012). Das Menschenbild der Gestalttherapie von Frederick S. Perls, Laura Perls und Paul Goodman. In H. G. Petzold (Hrsg.), *Die Menschenbilder in der Psychotherapie. Interdisziplinäre Perspektiven und die Modelle der Therapieschulen* (S. 481-516). Wien: Verlag Krammer.
- Göckenjan, G. (2000). *Das Alter würdigen. Altersbilder und Bedeutungswandel des Alters*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Hartmann–Kottek L. (2004). *Gestalttherapie*. Berlin Heidelberg: Springer–Verlag.
- Hartmann–Kottek L. (2004, 2008, 2012). *Gestalttherapie* (3. Vollständig überarbeitete Auflage). Berlin Heidelberg: Springer – Verlag.
- Hauptverband der österr. Sozialversicherungsträger (Hrsg.) (2017). *Handbuch der österreichischen Sozialversicherung 2017*, Wien: Hauptverband der österr. Sozialversicherungsträger
- Heuft, G. & Schneider G. (2004). Psychosomatik und Psychotherapie im Alter. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie, Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 405-418). Bern: Verlag Hans Huber.
- Höfner C. & Schigl B. (2012). Geschlecht und Identität. Implikationen für Beratung und Psychotherapie – gendertheoretische Perspektiven. In H. G. Petzold (Hrsg.), *Identität. Ein Kernthema moderner Psychotherapie–interdisziplinäre Perspektiven* (S. 127- 156). Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Hüther G. & Petzold H. G. (2012). Auf der Suche nach einem neurowissenschaftlich begründbaren Menschenbild. In H. G. Petzold (Hrsg.), *Die Menschenbilder in der Psychotherapie. Interdisziplinäre Perspektiven und die Modelle der Therapieschulen* (S. 207-242). Wien: Verlag Krammer

- Keupp, H. (2012). Identität und Individualisierung. In H. G. Petzold (Hrsg.), *Identität. Ein Kernthema moderner Psychotherapie interdisziplinäre Perspektiven* (S. 77-105). Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Keupp, H. (1997). Diskursarena Identität: Lernprozesse in der Identitätsforschung. In H. Keupp & R. Höfer (Hrsg.), *Identitätsarbeit heute. Klassische und aktuelle Perspektiven der Identitätsforschung* (S. 11-39). Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Keupp, H. (2000). *Identität*. Zugriff am 01.02.2019. Verfügbar unter <https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie>.
- Klessmann, M. (2012). „Das Ganze ist das Unwahre“ (Th.Adorno). Theologische Anmerkungen zur Identitätsthematik. In H. G. Petzold (Hrsg.), *Identität. Ein Kernthema moderner Psychotherapie–interdisziplinäre Perspektiven* (S. 173 - 190). Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Kolland, F. (2015). *Neue Kultur des Alterns. Forschungsergebnisse, Konzepte und kritischer Ausblick*. Wien: Sozialministerium
- Koßurok, A. (2010). *Die Identitätstheorien nach G. H. Mead, E. Goffman und L. Krappmann*. Abstract zum Scheinerwerb. Georg-August-Universität Göttingen. Norderstedt: GRIN Verlag GmbH.
- Krappmann, L. (1997). Die Identitätsproblematik nach Erikson aus einer interaktionistischen Sicht. In H. Keupp & R. Höfer (Hrsg.), *Identitätsarbeit heute. Klassische und aktuelle Perspektiven der Identitätsforschung* (S. 66-92). Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.
- Kruse, A. & Wahl, H. W. (2010). *Zukunft Altern. Individuelle und gesellschaftliche Weichenstellungen*. Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.
- Ladisich-Raine & Pernter G. (2012). Das Identitätsthema in Theorie und Praxis der Gestalttherapie. In H. G. Petzold (Hrsg.), *Identität. Ein Kernthema moderner Psychotherapie-interdisziplinäre Perspektiven* (S. 333-360). Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Lang, F. R. (2004). Soziale Einbindung und Generativität im Alter. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie, Alternsprozesse in*

multidisziplinärer Sicht (S. 362-372). Bern: Verlag Hans Huber.

- Lehr, U. (2007). *Psychologie des Alterns* (11. Korrigierte Auflage). Wiebelsheim: Quelle & Meyer Verlag GmbH & Co.
- Meusel, H. (2004). Bewegung und Sport. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie, Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 255-272). Bern: Verlag Hans Huber.
- Nausner L. (2004). Anthropologische Grundlagen der Integrativen Gestalttherapie. In M. Hochgerner, H. Hoffmann-Widhalm, L. Nausner & E. Wildberger (Hrsg.), *Gestalttherapie* (S. 37-52). Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG.
- Perls, L. (1989/2005). *Leben an der Grenze. Essays und Anmerkungen zur Gestalttherapie* (3.Auflage). Bergisch Gladbach: Verlag Andreas Kohlhage.
- Perls S., Hefferline R. F. & Goodman P. (1951/2006). *Gestalttherapie. Grundlagen der Lebensfreude und Persönlichkeitsentfaltung* (7. neu übersetzte Auflage). Stuttgart: J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH.
- Petzold, H. (1979). Der Gestaltansatz in einer integrativen psychotherapeutischen, soziotherapeutischen und agogischen Arbeit mit alten Menschen. In H. Petzold & E. Bubolz (Hrsg.), *Psychotherapie mit alten Menschen* (S.261-294). Paderborn: Junfermann-Verlag.
- Petzold H. & Berger A. (1979). Integrative Bewegungstherapie und Bewegungserziehung in der Arbeit mit alten Menschen. In H. Petzold & E. Bubolz (Hrsg.), *Psychotherapie mit alten Menschen* (S. 397-423). Paderborn: Junfermann-Verlag.
- Petzold, H. G. (2012). „Transversale Identität und Identitätsarbeit“. In H. G. Petzold (Hrsg.), *Identität. Ein Kernthema moderner Psychotherapie–interdisziplinäre Perspektiven* (S. 407-603). Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Polster, E. & Polster, M. (1975/2003). *Gestalttherapie. Theorie und Praxis der integrativen Gestalttherapie* (2.Auflage). Wuppertal: Peter Hammer Verlag.
- Radebold, H. (1979). Der psychoanalytische Zugang zu dem älteren und alten Menschen. In H. Petzold & E. Bubolz (Hrsg.), *Psychotherapie mit alten Menschen* (S. 89-108). Paderborn: Junfermann – Verlag.

- Radebold, H. (1992). *Psychodynamik und Psychotherapie Älterer. Psychodynamische Sicht und psychoanalytische Psychotherapie 50-75jähriger*. Berlin Heidelberg: Springer-Verlag.
- Rieperding, H. (2014). *Selbstbestimmung über Liebe, Partnerschaft und Sexualität im Alter(-sheim). Aktueller Forschungsstand und Empfehlungen für zukünftige Forschung*. Bachelorarbeit, FernUniversität in Hagen, Hagen.
- Rosenmayr, L. (2004). Zur Philosophie des Alterns. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie, Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 13-28). Bern: Verlag Hans Huber.
- Rossow J. (2012). Einführung: Individuelle und kulturelle Altersbilder. In F. Berner & J. Rossow & K.P. Schwitzer (Hrsg.), *Individuelle und kulturelle Altersbilder. Expertisen zum Sechsten Altenbericht der Bundesregierung, Band 1* (S. 9-24). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Rott, Ch. (2004). Demografie des hohen und sehr hohen Alters. . In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie, Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 51-65). Bern: Verlag Hans Huber.
- Rumpler, P. (2004). Theoriebildung von Gestalttherapie durch Fritz und Lore Perls. In M. Hochgerner, H. Hoffmann-Widhalm, L. Nausner & E. Wildberger (Hrsg.), *Gestalttherapie* (S. 77-97). Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG.
- Schachtschabel D. O. (2004). Humanbiologie des Alterns. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie, Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 167-181). Bern: Verlag Hans Huber.
- Schmidt B. (2011). Altersbilder und ihre Bedeutung für ältere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer. In Seyfried, B. (Hrsg.), *Ältere Beschäftigte: Zu jung, um alt zu sein. Konzepte-Forschungsergebnisse-Instrumente* (S. 21 – 32). Bonn: Bundesinstitut für Berufsbildung.
- Schmidt-Hertha B. & Mühlbauer C. (2012). Lebensbedingungen, Lebensstile und Altersbilder älterer Erwachsener. In F. Berner, J. Rossow & K. P. Schwitzer (Hrsg.), *Individuelle und kulturelle Altersbilder. Expertisen zum Sechsten Altenbericht der Bundesregierung, Band1* (S.109-149). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

- Schmidt-Lellek, C. J. (2004). Gestalttherapie als dialogisches Verfahren. In M. Hochgerner, H. Hoffmann-Widhalm, L. Nausner & E. Wildberger (Hrsg.), *Gestalttherapie* (S. 53-76). Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG.
- Schmitt E. (2004). Altersbild – Begriff, Befunde und politische Implikationen. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie, Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 135-147). Bern: Verlag Hans Huber.
- Schmitt, M. & Re, S. (2004). Partnerschaft im Alter. In A. Kruse & M. Martin (Hrsg.), *Enzyklopädie der Gerontologie, Alternsprozesse in multidisziplinärer Sicht* (S. 373-386). Bern: Verlag Hans Huber.
- Schroeter, K. R. (2008, 2014). Verwirklichungen des Alterns. In A. Amann & F. Kolland (Hrsg.). *Das erzwungene Paradies des Alters?. Weitere Fragen an eine Kritische Gerontologie* (2.Auflage) (S. 283-318). Wiesbaden: Springer VS.
- Schroeter, K. R. (2012). Altersbilder als Körperbilder: Doing Age by Bodyfication. In F. Berner, J. Rossow & K.P. Schwitzer (Hrsg.), *Individuelle und kulturelle Altersbilder. Expertisen zum Sechsten Altenbericht der Bundesregierung, Band 1* (S.153-229). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Spork, P. (2016). *Der zweite Code. Epigenetik oder: Wie wir unser Erbgut steuern können* (5. Auflage). Reinbek bei Hamburg: Rohwolt Verlag GmbH.
- Staemmler, F-M. (2015). *Das dialogische Selbst. Postmodernes Menschenbild und psychotherapeutische Praxis*. Stuttgart: Schattauer GmbH.
- Steinfort, J. (2010). *Identität und Engagement im Alter. Eine empirische Untersuchung*. Wiesbaden: Springer Fachmedien GmbH.
- Stemberger, G. & Lustig B (2004). Gestalttheoretische Beiträge zur Krankheitslehre der Psychotherapie. In M. Hochgerner, H. Hoffmann-Widhalm, L. Nausner & E. Wildberger (Hrsg.), *Gestalttherapie* (S.176-193). Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG.
- Struck, O. (2008,2014). Demographische Entwicklung als Herausforderung. Ein essayistischer Rück-und Vorausblick auf deren Bewältigung. In A. Amann & F. Kolland (Hrsg.), *Das erzwungene Paradies des Alters? Weitere Fragen an eine Kritische Gerontologie* (2.Auflage) (S. 319-341). Wiesbaden: Springer VS.

- Tesch–Römer, C. (2010). *Soziale Beziehungen alter Menschen*. Stuttgart: Kohlhammer GmbH.
- Umek J. (2013). *Was sagt mir meine Kindheit. Die eigene Entwicklungsgeschichte erkennen und beeinflussen*. Wien: Kneipp- Verlag GmbH und Co KG.
- Votsmeier-Röhr A. & Wulf R. (2017). *Gestalttherapie*. München: Reinhardt, GmbH & Co KG.
- Wahl, H. W. (2017). *Die neue Psychologie des Alterns. Überraschende Erkenntnisse über unsere längste Lebensphase*. München: Kösel-Verlag.
- Wurm S. & Huxhold O. (2012). Sozialer Wandel und individuelle Entwicklung von Altersbildern. In F. Berner, J. Rossow & K.P. Schwitzer (Hrsg.), *Individuelle und kulturelle Altersbilder. Expertisen zum Sechsten Altenbericht der Bundesregierung, Band 1* (S.27-69). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Weltgesundheitsorganisation (1946/2014). *Übersetzung der Verfassung der Weltgesundheitsorganisation 1946*. Zugriff am 03.02.2019. Verfügbar unter <https://www.admin.ch/opc/de/classified-compilation/19460131/...>
- Weltgesundheitsorganisation (2002). *Aktiv Altern. Rahmenbedingungen und Vorschläge für politisches Handeln*. Zugriff am 7.1.2019. Verfügbar unter apps.who.int/iris/bitstream/10665/67215/2/WHO_NMH_NPH_02.8_ger.pdf

