

Mem

Was ist eine Positive- und was ist eine Negative Identität?

Bis jetzt habe ich sehr viel über Positive- und Negative Identitäten gesprochen, ohne eine genaue Abgrenzung vorzunehmen, was eigentlich eine Positive-, und was eigentlich eine Negative Identität ist.

Jedes Verhalten wird letztlich von einer Identität gesteuert, sei es eine Positive- oder eine Negative Identität. Aber ein Verhalten kann ganz unterschiedlichen Motiven entspringen. Und, ein Verhalten kann ganz unterschiedlich wahrgenommen werden, als positiv oder eben als negativ, je nach Standpunkt des Beobachters und auch je nach Interessenslage bzw. Emotionalität des Beobachters.

Damit stellt sich die Frage, wer darf eigentlich definieren, was eine Positive- und was eine Negative Identität ist? Der in der jeweiligen Situation stärkere? Eltern beispielsweise- oder Lehrer haben gegenüber ihren Kindern oder Schülern das, was man die Deutungshoheit der Realität nennt. Nehmen wir einmal ein besonders krasses Beispiel: Stellen wir uns ein Mädchen vor, welches vom Vater missbraucht wurde. Käme dies ans Licht, würde die Familie unweigerlich zerbrechen und der Vater möglicherweise zu einer Gefängnisstrafe verurteilt werden. Die Mutter, die immense Angst haben könnte(und das kommt in sehr vielen

Familien vor), dass der Vater und Ernährer aus der Familie verschwindet und sie allein für die Sorge der Kinder zuständig sein würde, könnte versucht sein, dem Kind deutlich zu machen, dass nur eine Negative Identität dieses Kindes dafür sorgt, dass das Kind über den Missbrauch sprechen möchte. („Wie kannst Du nur so lügen?“ Oder: „Bist Du sicher, dass Du das nicht alles nur geträumt hast?“ Oder: „Dein Vater würde niemals so etwas tun! Geh in Dein Zimmer und komm erst wieder, wenn Du bereit bist, Dich zu entschuldigen.“) Sie könnte also versucht sein, dem Kind deutlich zu machen, dass nicht seine berechnete Interessenslage auf körperliche und seelische Unversehrtheit das Motiv des Handelns ist, sondern nur eine „Negative Identität“ („Kind, das ist der böse Anteil in uns allen, der uns sowas sagen lässt!“). Umgekehrt könnte es in einer solchen Familie als Positive Identität gewertet werden, wenn das Kind seinen Mund hält und sein Schicksal hinnimmt. Es könnte auch dazu gebracht werden, dies selbst zu glauben („Wahrscheinlich bin ich wirklich so verrückt oder böse, wie sie alle sagen“).

Es müssen nicht derartig krasse Fälle sein, in denen für den Betrachter von Außen eindeutig ist, wer hier eine Positive-, und wer eine Negative Identität aktiviert hat. Immer dann, wenn es um unterschiedliche Interessen und Bedürfnisse geht, kann der jeweils Stärkere in der Situation versucht sein, dem jeweils Schwächeren klarzumachen, dass nur eine Negative Identität dafür sorgt, dass der Schwächere seine Bedürfnisse und Interessen ebenfalls einklagt.

Daher lässt sich der Begriff Negative Identität bzw. Positive Identität nicht absolut definieren. Aber, es lassen sich Umstände beschreiben unter denen eine Identität eher positiv als negativ wahrgenommen werden kann.

Ich möchte damit beginnen, drei Kriterien für Positive- bzw. Negative Identitäten zu entwickeln.

Drei Fragen zur Einschätzung von Identitäten

Die erste Frage, die man sich stellen kann ist folgende: Welche Erfahrungen ermöglicht mir diese Identität? Wenn diese Erfahrungen durchgängig negativ sind, dann handelt es sich um eine Negative Identität. Im Falle des oben genannten Kindes, würde eine Identität, die ihm oder ihr nicht erlaubt, Hilfe zu holen, dafür sorgen, dass dieses Kind künftig nur noch negative Erfahrungen in der Interaktion mit sich selbst, mit seinem Körper und mit der Welt machen kann. Durch den jahrelangen Missbrauch würde es sich fürchterlich mit sich selbst fühlen und entsprechende Schwierigkeiten in liebevollen Beziehungen haben. Daher wäre dies also eine Negative Identität, wenn es nicht fähig wäre, sich angemessene Hilfe zu holen. Eine Positive Identität wäre in diesem Falle gegeben, wenn das Kind genügend Selbstbewusstsein entwickelt, um sich Hilfe zu holen. Die Eltern, deren Interessenslage dies eindeutig widerspricht, wären dann vielleicht sehr wütend, aber das würde die Identität des Kindes nicht als negativ definieren. Mit anderen Worten, eine Negative Identität ist nicht allein nur deshalb negativ, weil sie den Interessen anderer Menschen widerspricht, auch dann nicht, wenn andere Menschen versuchen, diese Identität als negativ zu definieren.

Die zweite Frage, die man stellen kann, um herauszufinden, ob eine Positive- oder Negative Identität vorliegt ist die folgende: Ermöglicht mir diese Identität, mich weiterzuentwickeln. Um noch einmal auf das Beispiel von vorhin zurück zu kommen: Eine Identität, die das Kind zum Stillhalten verpflichten würde, würde ihm nicht erlauben, sich altersgerecht angemessen weiterzuentwickeln und wäre daher als

negativ zu definieren. Eine Identität, die ihm erlauben würde, für seine Entwicklung zu sorgen, wäre dagegen als positiv zu werten.

Die dritte entscheidende Frage und das dritte entscheidende Kriterium ist folgendes: Trägt diese Identität etwas zur Weiterentwicklung der Gemeinschaft der Welt oder anderer Menschen bei? Wenn das Kind stillhalten würde, würde es eine Kultur des Stillhalten fördern und damit anderen Menschen indirekt Schaden zufügen. Es gäbe dann zu wenig Beispiele dafür, dass mutige Einzelne sich auch gegen eine scheinbare Übermacht wehren können. Also wäre auch dank dieses Kriteriums Stillschweigen die schlechtere Wahl, und die Sorge um das eigene Wachstum würde gleichzeitig auch anderen Menschen helfen.

Ich wiederhole hier noch einmal die drei Kriterien bzw. Fragen:

1.) Frage: Welche Erfahrungen ermöglicht mir diese Identität?

2.) Frage: Trägt diese Identität etwas zu meiner Weiterentwicklung bei?

3.) Frage: Trägt diese Identität etwas zur Weiterentwicklung von anderen Menschen bei?

Eine positive Antwort auf zwei oder drei dieser Fragen verweist auf eine Positive Identität. Zwei oder mehr negative Antworten sind ein Indikator für eine Negative Identität. Dies sollte aber nicht im Sinne eines Formulars zum Abhaken verstanden werden. Es kommt auf ein Gespräch an, bei dem sich eine Erkenntnis entwickelt.

Jedes Mal, wenn Sie mit einem Klienten über Positive- oder Negative Identitäten sprechen, sollten Sie im Hinterkopf diese drei Fragen präsent haben. Auch dann, wenn der Klient sein eigenes Verhalten als negativ definiert. Sie könnten sich dann fragen, ob dieses Verhalten, welches ja immer von einer Identität aktiviert wird, im Sinne dieser drei Kriterien

tatsächlich negativ ist oder ob ein stärkerer Anderer den Klienten nur dazu gebracht hat, dies zu glauben. Wenn der Klient lange genug dem Versuch bedeutsamer Anderer, gesundes Verhalten als krank zu definieren, dann ist eine weitere „Negative Identität“ durch diesen Prozess entstanden und die lautet: „Ich kann mir selbst nicht trauen“. Auch diese muss dann im Prozess aufgelöst werden.

Entsprechende Fragen können dem Klienten helfen, tatsächlich Negative Identitäten zu finden und eine entsprechende emotionale Befreiung zu erleben.