

# Die Entdeckung des Ich

Gerhard Lukits

Linz

Welchen Schritt hat das Kind in seinem Bewusstsein vollzogen, wenn es mit ca. 2–3 Jahren erstmals „Ich“ sagt, und was symbolisiert es damit? Diese Frage untersucht der Autor anhand der These, dass sich das Kind mit dem ersten „Ich“ seines unmittelbaren Erlebens als einheitlicher Organismus gewahr geworden ist. Nachdem sich das Kleinkind bereits zuvor im Selbst-Bild als Einheit entdeckt hätte, habe es nun auch ein Bewusstsein für sein unmittelbares Dasein gewonnen, also eine „Theory of Organism“ hervorgebracht. Diese Sichtweise lässt die „Theory of Mind“, die das Kind laut aktueller Entwicklungspsychologie in diesem Alter gebildet hätte, in einem umfassenderen Licht erscheinen.

Von diesem entwicklungspsychologisch-phänomenologischen Ausgangspunkt her leitet der Autor einen Ich-Begriff für die personenzentrierte Theorie ab, den er vom Begriff des Selbstkonzepts absetzt: Auf der Ebene des Ich, das dem Organismus ent-spricht, redet demnach ein Mensch nicht *über* sich, sondern er spricht *aus sich* heraus. Die sich daraus ergebende Anforderung an die therapeutische Praxis, auch auf einen deutungs- bzw. bezeichnungsfreien Raum für den Ausdruck von Klientinnen zu achten, ist ein weiteres wichtiges Thema des Artikels.

*Schlüsselwörter:* Ich, Bewusstsein, kindliche Entwicklung, Organismus, Erleben, Selbst, Selbstbild, Spiegel(stadium), Selbstkonzept

**The discovery of the ‘I’.** What is the step in the consciousness of a child that leads to, at the age of two to three years, acknowledging the ‘I’ for the first time? The author will elaborate on this question, based on the theory that in saying ‘I’, the child has become aware of itself as a unified organism. Having discovered its uniform self, the child develops an awareness of its own being, a „Theory of Organism“. This perspective shines a broader, more comprehensive light on the „Theory of Mind“, which children develop at this age, according to recent developmental psychology. From this phenomenological angle of developmental psychology, the author derives a notion of the ‘I’ for the person-centered theory that diverges from the general self-concept—it is at this level of ‘I’, representing the actual organism, that persons no longer speak *about* themselves but *from within* themselves. The resulting challenge for therapeutic practice is to offer a nonobjectifying space for each client’s full expression—another important topic in this article.

*Keywords:* I, consciousness, symbolization, child development, organism, experience, self, self-image, mirror (stage), self-concept

Die meisten Menschen  
würden leichter dahin zu bringen sein,  
sich für ein Stück Lava im Monde  
als für ein Ich zu halten

(J. G. Fichte)

Dies ist das Entscheidende: das Nicht-Objekt sein.

(M. Buber)

Themenstellung: Das (un)ausgesprochene „Ich“

Nicht selten lernt ein Mensch erst in einer Psychotherapie „Ich“ zu sagen. Jeder, der über sich vorzugsweise als „man“ spricht, hat seine eigenen und genaueren Gründe dafür, immer dürfte es dabei aber auch um eine Hemmung gehen, sich als Subjekt zum Ausdruck zu bringen. Dem entspricht die Tendenz, sich und seine Gefühle als Objekte wahrzunehmen: „*Man beschreibt Gefühle, als ob man sie nicht selber habe, oder – manchmal – als wären es vergangene Objekte*“ (Rogers, 1961/1973, S. 138) stellt

**Mag. Gerhard Lukits**, geboren 1967 im oberösterreichischen Kremstal, ist von seiner Grundausbildung her Philologe. Er lebt und arbeitet (als Psychotherapeut in freier Praxis, als Lehrtherapeut und Ausbilder der ÖGWG) in Linz. Korrespondenzadresse: Mag. Gerhard Lukits, Bockgasse 21, 4020 Linz, Österreich. Kontakt: gerhard.lukits@liwest.at

1 Der Gendergerechtigkeit wegen werden in diesem Artikel abwechselnd weibliche und männliche Formen verwendet – in den meisten Fällen sind damit jeweils beide Geschlechter gemeint.

etwa Rogers für Klientinnen in der zweiten Prozessphase fest. Ab der sechsten Prozessphase *lebt* der Klient hingegen „als Subjekt eine Phase seines Problems. Er ist kein Objekt (...) Er nimmt sein Problem nicht wahr noch behandelt er es“ (Rogers, 1961/1973, S. 154). Die Entwicklung zum „voll sich entfaltenden Menschen“ (Finke, 2019, S. 18) besteht also nach Rogers nicht primär darin, dass er in seiner Wahrnehmung „sich selbst durchsichtig“ (ebd.) wird, sich also selbst vollständig in seinem Bewusstsein widerspiegelt. Vielmehr wird er „fähig, subjektiv in der Erfahrung zu leben, nicht so sehr Gefühle über sie zu haben“ (Rogers, 1961/1973, S. 150). Auf diesem Weg geht es nicht darum, die eigenen Empfindungen und Gefühle zu reflektieren, sondern sie am Leben teilnehmen und sich artikulieren zu lassen. So gewinnt eine Person die Freiheit, aus sich heraus zu leben und zu sprechen – als Ich<sup>2</sup> zu sprechen.

Rogers selbst hat sich auch in seinem Werk nicht davor geschaut, sich immer wieder als „Ich“ zu äußern – darin, das Ich auch in seine Persönlichkeitstheorie einzubringen, war er hingegen äußerst sparsam. Daraus könnte der Schluss gezogen werden, Personzentrierte Psychotherapeuten hätten sich nur mit objektivierbaren Persönlichkeitsaspekten von Klientinnen, etwa vorzugsweise mit ihren Selbstkonzepten zu befassen. Das wäre allerdings m. E. eine massive Verkehrung der Haltung, die hinter Rogers respektvollem Umgang mit dem Begriff Ich steht: Nicht nur die Aktualisierungstendenz stellt für ihn durchgängig einen positiven Orientierungspunkt dar, sondern auch das Erleben des Individuums in einer „Welt der Erfahrung, deren Mittelpunkt es ist“ (Rogers, 1951/1983, S. 418), also das Erleben in seinem inneren Bezugsrahmen. Dieser ist „die subjektive Welt des Individuums (...). Auf der anderen Seite bedeutet dies, daß alles, was wir von einem äußeren Bezugsrahmen aus wahrnehmen, sei es ein lebloses Ding, ein Tier oder eine Person, zum Objekt wird“ (Rogers, 1959/1987, S. 37f.). Rogers geht es sogar in der Hauptsache um das Subjekt, aber weil nur das Subjekt selbst ein „Ich“ zum Ausdruck bringen kann, verwendet auch er dieses Wort (fast) nur aus sich selbst heraus – darin, es als Begriff in seiner Theorie einzusetzen, erkennt er immer die Gefahr, es zu objektivieren und damit grundlegend zu verfälschen.<sup>3</sup>

2 Das sprachlich geäußerte „Ich“ steht in diesem Artikel (im Text des Autors) unter Anführungszeichen. Ist das Ich als persönlichkeits-theoretischer Begriff gemeint, steht es ohne Anführungszeichen.

3 Wo Rogers das Ich dennoch objektiv-begrifflich verwendet, tut er dies mit hoher Sensibilität, die sich in manchen Übersetzungen leider nicht mehr wiederfindet: So unterscheidet er in seiner „Theorie der Psychotherapie“ zwischen Charakteristika und Beziehungen des „Ich‘ (I‘) oder ‚Mich‘ (me‘)“ (Rogers, 1959, S. 200, Übers. v. Höger, 2006, S. 65), während in der deutschen Gesamtübersetzung nur mehr vom „Ich“ die Rede ist (Übers. v. Höhner u. Brüseke: Rogers, 1959/1987, S. 26). Tatsächlich geht es Rogers m. E. um eine wichtige Relativierung des Einsatzes des Wortes: Sobald das „I“ begrifflich verwendet wird, ist es schon nicht mehr das „Ich“ des Subjekts, sondern bezeichnetes

Das Bewusstsein dafür, dass das „I“, wenn – vom Subjekt selbst – über es die Rede ist, schon nicht mehr ein „I“, sondern ein „me“ ist, ist bereits im Englischen angelegt. Wenn man etwa an die Ebenen von Organismus und Selbst denkt, lässt sich diese Differenzierung für den gesamten Personzentrierten Ansatz als grundlegend ansehen – das Anliegen, das Ich niemals zu objektivieren, ist m. E. jedenfalls ein zentrales Anliegen des Personzentrierten Ansatzes und auch Gendlins, der diesbezüglich ganz ähnlich wie Rogers zu denken scheint: „Das, was man mit dem Wort ‚Ich‘ bezeichnen könnte, kommt als Begriff in Eugene Gendlins Philosophie (...) nicht vor, obwohl es das ist, was deren eigentliches Zentrum bildet. Das liegt daran, dass Gendlin ‚ich‘ (oder ‚du‘) nicht als Objekt betrachten oder definieren will. (...) Würde man ‚ich‘ definieren, würde man es verlieren, zerstören“ (Wiltshko, 2003, S. 171). Dennoch: „In der Theoriebildung des Personzentrierten Ansatzes fehlt bislang eine Ausarbeitung dessen, was hier mit ‚Ich‘ gemeint ist“ (ebd.). Dieser „Ausarbeitung“ möchte ich mich, unter Berücksichtigung der genannten Bedenken Rogers‘ und Gendlins, im folgenden Artikel zuwenden.

### Thesenbildung und Vorgangsweise

Bei Freud, wegweisend nicht nur für die tiefenpsychologischen Richtungen, gibt es bereits einen ausgearbeiteten Begriff des Ich. Für ihn bezeichnet es „nicht nur ein Oberflächenwesen, sondern selbst die Projektion einer Oberfläche“ (Freud, 1923/1992, S. 266). Denn „Ein Individuum ist nun für uns ein psychisches Es, unerkant und unbewußt, diesem sitzt das Ich oberflächlich auf (...) also etwa so, wie die Keimscheibe dem Ei aufsitzt“ (Freud, 1923/1992, S. 264). Das hat wenig mit dem gemeinsam, was ein Mensch meint, wenn er von sich als „Ich“ spricht. Vielmehr drückt sich darin ein bloß phantasierter Vorstellungskomplex aus (s. u.), nämlich das eng mit narzisstischen Vorstellungen verbundene Ich-Ideal (vgl. Aucter & Strauss, 2003, S. 84), zu dem auch die Illusion gehört, ein einheitliches, integriertes Wesen zu sein. Angesichts dessen steht das Ich in der Tiefenpsychologie in keiner Weise für ein bewusstes Subjekt. Vielmehr fungiert das Ich, aus dem Wahrnehmungssystem entwickelt (vgl. Freud, 1923/1992, S. 264), als „Steuerungs-, Regulations- und Kontrollorgan“ (Aucter & Strauss, 2003, S. 83). Die Fähigkeit, sich von der Umwelt zu unterscheiden, spielt dabei eine zentrale Rolle. Voraussetzung dafür ist, dass sich der eigene Körper mithilfe des Ich aus der Wahrnehmungswelt heraushebt (vgl. Freud, 1923/1992, S. 265f.). In ähnlicher Schärfe wie später

Objekt, also „me“ (vgl. dazu auch Höger, 2006, S. 65f.). Daher sehe ich für Rogers‘ Ausdrucksweise „I or me“ eher „Ich beziehungsweise mich“ als adäquate Übersetzung an.

Sartre (vgl. Sartre, 1943/1993) steht Freud damit in der Tradition der Ichphilosophie Fichtes, die auf der Unterscheidung zwischen „Ich“ und „Nicht-Ich“ aufbaut (vgl. Fichte, 1794/1971). Die Frage, *was* sich eigentlich unterscheidet, wird von der Psychoanalyse abschlägig beantwortet: Identität gibt es nur in der Differenz, also in der Funktion einer Unterscheidung vom (vermeintlich) Anderen. Diese Funktion existiert nach aktuellem entwicklungspsychologischen Stand spätestens im dritten Lebensmonat: „Verschiedene Befunde sprechen dafür, dass das Ich bereits in den ersten Lebenswochen vorhanden ist, sodass Kinder zwischen der eigenen Person und der Umwelt trennen können“ (Schneider & Lindenberger, 2018, S. 183f.). Der Ansatz Freuds, das Ich im Wesentlichen als Unterscheidungsfunktion anzusehen, findet also in der menschlichen Entwicklung sehr früh eine tatsächliche Entsprechung.

Ausgangspunkt für meine Überlegungen zu einem Ichbegriff im humanistisch-personenzentrierten Kontext ist dagegen keine funktionale Eigenschaft, sondern das Motiv der unteilbaren Einheit eines subjekthaften Ich. Bei Kant findet sich dieses explizit: „Ich bin einfach‘ bedeutet aber nichts mehr, als daß diese Vorstellung ‚Ich‘ nicht die mindeste Mannigfaltigkeit in sich fasse, und daß sie absolute Einheit sei (...) so kann doch das subjektive Ich nicht geteilt und verteilt werden, und dieses setzen wir doch bei allem Denken voraus“ (Kant, 1781/1990, A 354). Das Element der Einheit des „Ich“ bei Kant kommt aus der christlichen Tradition. In dieser steht auch die humanistische Überzeugung, dass jeder Mensch tatsächlich als integrierte personale Einheit, eben als „In-dividuum“ („Ungeteiltes“) verstanden werden kann (dazu und v. a. zum Begriff „Person“ vgl. Schmid, 1998, S. 35–122).

Auch Husserl, der Begründer der für den Personzentrierten Ansatz wegweisenden Phänomenologie, geht dieser Überzeugung nach. Das Ich ist für ihn in seinen Logischen Untersuchungen „der verschwiegene Beziehungspunkt, das heißt das entsprechende Ganze, die reelle Bewusstseinsseinheit“ (Husserl, 1901/2010, LU V, §3). Dieses Ich-Verständnis könnte in der kindlichen Entwicklung phänomenologisch im dritten Lebensjahr mit dem ersten Aussprechen eines „Ich“ zum Ausdruck kommen (vgl. Schneider & Lindenberger, 2018, S. 184). Mit ihm wird das Kind imstande, die Bedeutung der ersten Personalform zu begreifen und sich darin zu artikulieren. Während also die Unterscheidung zwischen Ich und Umwelt (tiefenpsychologische Definition des Ich) bald nach der Geburt einsetzt, erfasst das Kind die inhaltliche Bedeutung des Wortes Ich erst viel später: Nun kann ein „Ich“ zum Ausdruck dafür werden, dass sich ein Individuum seiner selbst als integrierte Einheit gewahr geworden ist, nämlich als ein Ich, das Beziehungspunkt aller Wahrnehmungen in seinem phänomenalen Feld ist.

Meines Wissens gibt es dennoch keine humanistische Persönlichkeitstheorie, die das Ich in eine dementsprechende

Perspektive setzt. Das drängt sich aber angesichts Rogers‘ Theorie der Persönlichkeit, in der er das Individuum als Mittelpunkt eines organismisch wahrgenommenen Erfahrungsfeldes beschreibt (vgl. Rogers, 1951/1983, S. 418–422), für den personzentrierten Kontext geradezu auf. Dieser Idee möchte ich vor allem anhand von entwicklungspsychologischen Beobachtungen und Überlegungen folgen<sup>4</sup>. Der Kristallisationspunkt des Projekts, eine *personzentrierte „Ausarbeitung“* im Sinne Wiltshkos (2003, S. 171) zu leisten, liegt für mich in der phänomenologisch orientierten Frage, was ein Kleinkind eigentlich begriffen hat, wenn es „Ich“ zu sagen beginnt. Die dem zugrundeliegende menschheitsgeschichtliche Bewusstseinsrevolution vollzieht sich bei jedem Kind ganz konkret und führt sich mit jedem geäußerten „Ich“ fort – dem soll hier Schritt für Schritt nachgegangen werden.

## These

Entsprechend unseren Vorüberlegungen, so nun die These, wäre das erste „Ich“ des Kindes Ausdruck eines soeben erwachenden Ich-Bewusstseins. Das hieße, dass ein Mensch darüber hinaus, sich in einer objektivierenden Vorstellung von sich selbst wahrzunehmen, sich als aus sich heraus lebendiger, unmittelbar gegenwärtiger Organismus *zu begreifen vermag*. Ein Mensch wäre also etwa ab dem ersten „Ich“ imstande, sich seiner als integrierte Einheit und darin seines unmittelbaren Erlebens gewahr zu sein. Er sieht sich dann nicht mehr nur als Gegenstand von Wahrnehmungen über ihn, die durch andere Bezugspersonen und durch ihn selbst gemacht werden, sondern als Beziehungs- und Ausgangspunkt aller Wahrnehmungen, die in seinem phänomenalen Feld existieren. Er ist nicht mehr nur ein (z. B. mit einem Namen) Bezeichneter und Sich-Bezeichnender, sondern kann sich auch aus seinem eigenen Bezugsrahmen heraus als „Ich“ artikulieren.

Daraus würden sich folgende Konsequenzen bzw. Bestärkungen für die therapeutische Praxis ableiten: Ein „Arbeiten am Selbstkonzept“ könnte Tendenzen auf Seite von Klientinnen fördern, sich als Gegenstand der eigenen Vorstellungen zu definieren und sich so in einer Grundhaltung der

4 Dabei geht es mir nicht darum, aus der einzigen theorierelevanten Verwendung des Begriffes „Ich bzw. Mich“ durch Rogers (s. Fußnote 3), die im Wesentlichen ein Verweis auf die pragmatistischen Ich-Definitionen von Mead und James ist (vgl. Höger, 2006, S. 65), analytisch auf einen personzentrierten Ich-Begriff zu schließen. Dies haben Höger (ebd., S. 65f.) und Schmid (2016, S. 113) in nur wenigen Sätzen versucht, wobei Höger im Ich das „Selbst als Subjekt“ (der Wahrnehmung) sieht, während Schmid im Ich das sieht, was das Selbst wahrnimmt und gleichzeitig sein Bezugspunkt ist – darin sehe ich eher Deutungsversuche des „I or Me“ in seinem pragmatistischen Hintergrund und weniger in seiner personzentrierten Perspektive.

Selbst-Objektivierung zu fixieren. Vielmehr wäre es in der Regel die wesentliche therapeutische Aufgabe, ihrem unmittelbaren Dasein als Organismus sowie dem „Ich“, in dem sich dieser sprachlich artikuliert, einen geeigneten Beziehungsraum zu geben, sich *aus sich heraus* zu entfalten. „Das hieße ferner, daß es dem Therapeuten leichtfiele, sich in diese Beziehung voll einzulassen, ohne kognitiv zu wissen, wohin sie führen wird; er wäre damit zufrieden, wenn er ein Klima schaffte, das dem Klienten die äußerste Freiheit ermöglichte, er selbst zu werden“ (Rogers, 1961/1973, S. 184) – nicht, indem er sich selbst zu durchschauen lernt, sondern als lebendiges, schöpferisches Ich.

Probeweise möchte ich versuchen, den entsprechenden Begriff des Ich in die personzentrierte Persönlichkeitstheorie zu integrieren. Da es sich in erster Linie als Sprachakt ausdrückt, ist der vorliegende Artikel nicht zuletzt eine Auseinandersetzung mit dem Phänomen des Sprechens: Gibt es vielleicht zwei verschiedene Arten des Sprechens, eines, das primär dem Ich *ent-spricht*, und eines, das eher dem Selbstkonzept *entspricht*?

### Das Selbst im Spiegel

Mit der Publikation einer bemerkenswerten Studie (Kohda, Hotta, Takeyama et al., 2019) hat vor Kurzem die biologische Fachzeitschrift PLoS Biology breite Aufmerksamkeit erregt: Nicht nur können, wie bisher schon bekannt, Schimpansen, Delphine, Krähen und Elstern den „Spiegeltest“ erfolgreich bestehen – auch Putzerlippfische versuchen, sich an ihrem Körper angebrachter Markierungen zu entledigen, nachdem sie diese im Spiegel gesichtet haben<sup>5</sup>. Heißt dies also, dass gewisse Fische bereits Selbst-Bewusstsein haben können? Mit dieser Frage gehen die Autoren der Studie am Ende zurückhaltend um: „Finally, while we make no claims that our study proves fish are self-aware, we do hope our results ignite further discussion“ (ebd., S. 17). Erwiesen bleibt, dass einige Tierspezies im Spiegel körperliche Eigenheiten als zu ihrem eigenen Körper zugehörig wahrnehmen können, dass sie also über ein zusammenhängendes Körperschema verfügen und es identifizieren können.

Der beschriebene Test in dieser spezifischen Form eines „Markierungstests“ geht auf Gallup (1970) zurück, der ihn auf

Schimpansen anwandte, und auf Amsterdam (1972), die ihn unabhängig davon für Kleinkinder entwickelte. Allgemeiner begann erstmals im Jahr 1931 H. Wallon ein hohes wissenschaftliches Augenmerk auf eine „Erprobung durch den Spiegel“ zu legen, die für ihn auf diverse Stadien der kleinkindlichen Wahrnehmung schließen ließ. Auf ihn (vgl. Jalley, 1998) bezog sich 1936 Lacan in einem Vortrag in Marienbad, der später auch verschriftlicht wurde (Lacan, 1966/2016).

In seiner „Theorie des Spiegelstadiums“ geht Lacan davon aus, dass Säuglinge bereits mit sechs Monaten beginnen, im Spiegel das Bild ihres Körpers zu erkennen, ein Prozess, der nach den Kriterien des „Markierungstest“ in der Regel im Alter von ca. 18–24 Monaten erfolgreich abgeschlossen ist (vgl. Nielsen, Suddendorf & Slaughter, 2006, S. 182–183; Bauer, 2019, S. 14). Diese Entwicklung findet also in einer Lebensphase statt, in der das Baby seinen real vorhandenen Körper noch nicht als integrierte Einheit versteht. Als solche lernt sich das Kind *vorerst im Spiegel* zu begreifen. Es lernt seinen Körper *als* zusammenhängendes Objekt im Spiegel als „Bild“ kennen – unmittelbar sieht es ja fast nur seine voneinander getrennten Extremitäten. Ein Bewusstsein von seinem Körper, das sich *direkt* auf diesen bezieht, wird es erst gewinnen können, wenn es kognitiv imstande sein wird, vom Spiegelbild auf den „realen Körper gegenüber“ zu schließen. Demnach kennt sich das Kind beträchtliche Zeit als unterscheidbare Einheit nur in Form einer „imaginären“ Gestalt. Diese hat es mithilfe des Spiegels und anderer Wege der Reflexion von außen, etwa mithilfe von Blicken und Reaktionen auf es, entwickelt. Informationen über sich selbst *als zusammenhängendes Objekt* bezieht es in diesem Stadium immer von einem Gegenüber, für das der Spiegel bei Lacan auch metaphorisch steht. Soweit beruht sein Selbstverständnis ausschließlich darauf, was ihm über sich widerspiegelt wird: „Was der Säugling, viele Male am Tag, über viele Wochen und Monate hinweg im Kontext von Spiegelungserfahrungen erlebt, verändert ihn und wird zum Kern seines Selbst. Die den Säugling adressierenden Resonanzen entstammen dem Selbst seiner Bezugspersonen, die dem Säugling bis dahin zunächst als ‚Extended Mind‘ (als externer Träger von Geist) bzw. als ‚Extended Self‘ (als externes Selbst) dienen“ (Bauer, 2019, S. 26). Während das Kleinkind zwar vom Beginn seines Lebens an schon ein Individuum ist, sich aber noch lange nicht als solches wahrnehmen kann, entwickelt es sich *vorerst* vom Gegenüber, von außen her zum Objekt seines eigenen Bewusstseins. Das schlägt sich in einer bildlichen Vorstellungsgestalt nieder, in die sich dann auch Spracherfahrungen und das Sprachliche insgesamt einfügen – etwa in Form der Beurteilungen des märchenhaften „Spiegleins an der Wand“, der sich auch sprachlich ausdrückt (Rölleke, 1985, KHM 53).

Eine Identität, die auf Identifizierungen mit einem Bild und daran anknüpfenden „Sätzen“ beruht, kann freilich nur eine

5 „Here, we show that a fish, the cleaner wrasse *Labroides dimidiatus*, shows behaviour that may reasonably be interpreted as passing through all phases of the mark test: (i) social reactions towards the reflection, (ii) repeated idiosyncratic behaviours towards the mirror, and (iii) frequent observation of their reflection. When subsequently provided with a coloured tag in a modified mark test, fish attempt to remove the mark by scraping their body in the presence of a mirror (...) do we accept that these behavioural responses, which are taken as evidence of self-recognition in other species during the mark test, lead to the conclusion that fish are self-aware?“ (ebd., S. 1).

Vorstufe von Ich-Bewusstsein darstellen. Dieses wird sich dadurch auszeichnen, dass es sich von einem vermittelten Selbstbild zu emanzipieren vermag, indem gewahrt wird, dass es ein Ich gibt, das diese Bilder *hat*. Dies bedeutet, zumindest ansatzweise zwischen den vermittelten Vorstellungen von sich und der unmittelbaren Realität des erlebenden Organismus unterscheiden zu können: Das „Ich“ als Ausdruck eines Individuums für das Bewusstsein seiner selbst ist im Wesentlichen *de-identifiziert* von den bildlichen wie auch von den sprachlich strukturierten Vorstellungen, die mit dem Spiegelstadium verknüpft sind.

Demnach haben uns die jüngsten Markierungstests an Lippischen und die Spiegeltheorie Lacans, bestens vereinbar mit dem personzentrierten Konzept vom Selbst, lediglich zu einer Vorstufe des Ich geführt.

### Ein personzentrierter Weg zum Ich

Während Kohda et al. (2019) keinen Anspruch erheben, weitergehende Schlussfolgerungen aus ihren Spiegelexperimenten zu ziehen, versucht Lacan seine Spiegeltheorie in Freuds Modell zu integrieren und bleibt dabei dessen Grundannahmen treu. Dazu gehört die Annahme, dass sich die psychische Dynamik des Subjekts von Beginn an aus seiner Gespaltenheit heraus entwickelt. Ihr zufolge gewinnt das Kind in seinem Spiegelbild einen Halt, der es vor dem drohenden Auseinanderbrechen schützt: „Das Erkennen des eigenen Körperbildes im Spiegel markiert einen Fortschritt in der kindlichen Wahrnehmung. Das ursprüngliche Chaos, wo Arme und Beine das darstellen, was später als Bilder des *zerstückelten Körpers* die Ganzheit der Gestalt bedrohen, ist zugunsten dieser Vereinheitlichung verschwunden“ (Widmer, 2016, S. 29; vgl. auch Lacan, 1966/2016, S. 114). Diese Vereinheitlichung ist für den Psychoanalytiker Lacan freilich Illusion. Die Integrität, die das Kleinkind mit „einer von Jubel begleiteten Geschäftigkeit“ (Lacan, 1966/2016, S. 110) in seinem Spiegelbild zu finden meint, schlägt sich in der nur trügerischen Idee von einem Ich nieder – dieses wird für immer „in einer Fiktionslinie situiert“ (ebd., S. 111) stehen.

Ob nun das Individuum als einheitlich oder als gespalten anzusehen ist, ist eine philosophische Frage, an der sich psychoanalytisch und humanistisch orientierte Geister grundsätzlich scheiden. Dass sich aber das Kind in einer natürlichen Entwicklung je als uneinheitlich und zerstückelt *empfindet*, dürfte durch empirische Studien weitgehend widerlegt sein. So fasst etwa Dornes in „Der kompetente Säugling“ zusammen: „Im Gegensatz zu dieser Theorie machen es die von mir dargestellten Untersuchungen wahrscheinlich, dass das Gefühl vom Selbst und die Wahrnehmung vom Objekt von Anfang

an wesentlich einheitlicher, integrierter und kohärenter ist, als bisher angenommen wurde. Schon im Alter von drei bis vier Monaten fanden sich viele Hinweise auf entsprechende Fähigkeiten“ (Dornes, 2015, S. 97; vgl. auch Biermann-Ratjen, 2006, S. 78). In dieser Schlussfolgerung aus dem Kapitel „Kritik der Spaltung“ beruft sich Dornes ebenso wie Biermann Ratjen maßgeblich auf Stern, der trotz seines psychoanalytischen Hintergrunds eine einheitsstiftende Funktion der frühkindlichen Wahrnehmung auch jenseits des Spiegelmotivs festgestellt hat. Neben einer solchen Kritik steht außerdem der logische Einwand, dass hinter der Wahrnehmung, zerstückelt zu sein, ja bereits eine Vorstellung von Ganzheit und Einheit stehen *muss*.

Aus der Sicht von Rogers ist der Schritt des Kindes, sich als Einheit zu setzen, prinzipiell realitätsgerecht: „Die hervorsteckende Tatsache, die theoretisch in Betracht gezogen werden muß, ist, daß der Organismus zu allen Zeiten ein total organisiertes System ist, in dem Veränderung irgendeines Teils zu Veränderungen bei anderen Teilen führen kann. Unsere Untersuchung solcher Teilphänomene muß bei der zentralen Tatsache des konsistenten, zielgerichteten Organismus einsetzen“ (Rogers, 1951/1983, S. 422). – Wenn Rogers definitiv von einem total organisierten, in seiner Konsistenz „in-dividuellen“ („unteilbaren“), also einheitlichen Organismus ausgeht, ist bei ihm allerdings die Frage offen geblieben, ob und wann Menschen sich dieser Einheit auch gewahr werden können.

Auf diese Frage eröffnet die Spiegeltheorie dem Personzentrierten Ansatz folgende Sichtweise: An der Schwelle zum Kleinkindalter entdeckt der Säugling im gegenständlichen Spiegel (vgl. Biermann-Ratjen, 2006, S. 81), in der Reflexion und in den Augen anderer Menschen sich selbst. Dabei lernt er sich als einheitliche, zu einer Ganzheit koordinierte Gestalt wahrnehmen zu können, vorerst aber nicht „im Original“, sondern in Form eines Bildes, das er sich von sich selbst macht. Dieses „imaginäre Selbst“ ist die Voraussetzung für die Phase der Entwicklung eines „verbalen Selbst“ (vgl. ebd., S. 81), z. B. indem das Selbstbild mit einem Eigennamen versehen wird, oder indem Körperteile mit Begriffen bezeichnet werden. Schrittweise wird das Kleinkind aber auch Beziehungserfahrungen, die es macht, seine Schlüsse daraus und auch Zuschreibungen, die es erfährt, daran anknüpfen. Aus dem „Selbstbild“ wird zunehmend ein sprachlich strukturiertes Selbstkonzept, das man sich weitgehend als eine kontextuelle Gestalt vorstellen kann, die sich ins jeweilige Spiegel-Bild verwebt und darin seine erneute Einheit findet: Noch ein erwachsener Mensch, der sich im Spiegel betrachtet, vergewissert sich demnach nicht zuletzt der Einheit, die seinem Selbstkonzept zugrunde liegt.

Aus der Perspektive von Rogers hat das Kind in seinem Spiegelbild, wenn auch aufs erste nur mittelbar, seine tatsächlich vorhandene Einheit entdeckt, in der psychoanalytischen Sicht nur eine scheinbare. So führt bei Lacan kein Weg weiter zu

einem Ich, das sich seiner gewahr werden könnte und *sich in diesem Bewusstsein erleben* könnte. Dieser Weg steht im Personenzentrierten Ansatz weit offen.

### Vom Bild zum Ich

Im Spiegelstadium begreift sich das Kind bildlich als eigene Einheit, indem es sein Körperschema gesondert von seiner Mitwelt wahrnimmt. Darauf „projiziert“ es in der Folge, nun vorwiegend in sprachlicher Form, erlebte Zuschreibungen und Schlüsse aus wichtigen Beziehungserfahrungen: Es entsteht ein Selbst in der Gestalt eines komplexen Textes vor dem Hintergrund eines Bildes. Das Selbstkonzept bleibt dabei aber immer auf das Bildliche bezogen und steht in dessen Dienst. Diese Art von Selbstdefinition hat insgesamt den Charakter einer „Bezeichnung“: Auch indem eine Person das Bild, das sie von sich gezeichnet hat, mit sprachlichen „Zeichen“ versieht, charakterisiert sie sich selbst weiterhin wie ein Gegenstand. Daran wird erklärlich, dass auch Erwachsene, wenn sie sich (fast) ausschließlich über ihr Selbstkonzept begreifen, in der Rede über sich statt eines „Ich“ vorzugsweise ein verallgemeinerndes „Man“ verwenden – in dieser Perspektive lassen sie sich als ein Objekt unter vielen erscheinen.

Ein Kleinkind zwischen ein und zwei Jahren kann hingegen aufgrund seines *natürlichen* Entwicklungsstandes das Wort „Ich“ noch nicht einsetzen. Dabei verfügt es in diesem Alter bereits über einen Wortschatz von bis zu 50 Wörtern: Die Entdeckung, dass es ein Ich gibt, das sich aus sich und seinem eigenen organismischen Beziehungserleben heraus gestaltet, hat es noch nicht gemacht. Und sogar wenn der Prozess des Aufbaus einer bildlichen Selbstrepräsentanz im Alter von ca. 18–24 Monaten schon erfolgreich abgeschlossen ist (vgl. Nielsen et al., 2006, S. 182–183; Schneider & Lindenberger, 2018, S. 184), sind Kleinkinder in aller Regel noch einige Zeit nicht imstande, das Wort „Ich“ zu gebrauchen. Dieser weitere entscheidende Schritt geschieht erst ab dem 36. Monat, also deutlich später (vgl. Schneider & Lindenberger, 2018, S. 184). Das Verstreichen einer derartigen Zeitspanne spricht wohl dafür, dass sich darin eine nicht zu unterschätzende Bewusstseinsleistung vollziehen muss – und auch eine starke Emanzipationsleistung gegenüber dem Selbstbild.

Die erste Artikulation des Wortes „Ich“ weist m. E. eindeutig darauf hin, dass damit die Wahrnehmung, eine eigenständige Person zu sein, zu einem entscheidenden Durchbruch kommt. Welcher Art ist nun die zusätzliche Dynamik, die so entsteht, und das Potenzial, das sich damit auftut? Stellen wir also nun dem „Selbst-Bewusstsein“, das auf Spiegel-Reflexionen beruht, das Ich-Bewusstsein entsprechend der vorliegenden These gegenüber: Dem Spiegel-Selbst stehen das Kind und

später der Erwachsene in Identifikation *gegenüber* – es wird nicht erlebt, sondern „vor-gestellt“ (vgl. Lukits, 2016, S. 64–66). Mit der ersten Artikulation des „Ich“ hat dagegen, so meine These, das Kind zumindest ansatzweise durchschaut, dass das Spiegelbild bloß eine *Erscheinung* ist, und dass es eine *Realität* gibt, die dieser Erscheinung zugrunde liegt. Wo es sich vorher mit der Erscheinung seines Körpers im Spiegel identifiziert hat und so von sich ein bildliches Körperschema aufbauen konnte, entdeckt es nun seinen Körper unmittelbar. Zuvor hat es ihn reflexiv nur im Außen wahrgenommen, nun ist ihm gewahr geworden, dass sein „Aus-sehen“ nur die bildliche Dimension widerspiegelt, neben der viele weitere *Eigenschaften* erlebbar, „innerlich“, „wirklich“ zu ihm gehören: Der Leib und die Sinne selbst, die Koordinationsleistungen seiner Gliedmaßen, die Kognitionen, Affekte, Gefühle u. v. m. können nun in ihrer unmittelbaren Gegebenheit *bewusst* erfahren und damit Teil einer umfassenderen Selbstwahrnehmung des Kindes werden. In dieser neuen Perspektive könnten wohl entwicklungs-geschichtlich die Wahrnehmungspolaritäten von Außen und Innen, von Erscheinung und Wirklichkeit, von Schein und Sein angelegt sein, aber auch die Möglichkeit der Unterscheidung zwischen Selbstbild bzw. Selbstkonzept und dem Organismischen. Denn das Kind entdeckt nicht nur seine Physis, sondern die *gesamte* Realität, die seinem Selbstbild zugrunde liegt, in ihrem unmittelbaren Dasein: Es beginnt sich als eigener Organismus zu entdecken, in dem sich alle Gegebenheiten, Wahrnehmungen und Vorgänge – im Hier und Jetzt – zu einer unmittelbar vorhandenen, integrierten Einheit fügen. Die Einheit, die es aufs erste nur als Erscheinung im Spiegelbild vorgefunden hat, findet es nun in seinem Erleben wieder, *aus ihm heraus* kann es erstmals „Ich“ sagen und sich als Subjekt verstehen. So hat es auch damit angefangen, sich bewusst als *wahrnehmend* zu begreifen, nicht mehr nur als das, was an ihm (auch von ihm selbst) *wahrgenommen wird*: Dieses „Me“ wird als Vorstellung erkannt, die es hervorgebracht hat, indem es sich in einer bestimmten Weise vor dem Spiegel positioniert hat und dabei „hineinschaute“ – das, was als Subjekt u. a. diese Situation immer wieder hervorbringt und sie wahrnimmt, äußert sich als „Ich“, das erstmals auf sich schließt und sich damit erschließt. So findet der Organismus im „Ich“ zum Ausdruck seiner Unmittelbarkeit. Das Kleinkind kann dieses oft von anderen gehörte, bisher unbegreifliche Wort nun ansatzweise begreifen und sich darin als leiblich *vor-handene* Person (*vor* allen Konstrukten über es) symbolisieren: Eine klare Andeutung von etwas, das dann einer umfassenden Verwirklichung entgegen gehen möchte.

Diskussion:  
Das Ich-Bewusstsein als „Theory of Organism“

Das 2–3-jährige Kind wird sich mit seinem ersten „Ich“ seiner selbst als Organismus (in seiner Einheitlichkeit und Unmittelbarkeit, die ihn nach Rogers charakterisieren) gewahr. Freilich kann sich sein neues Bewusstsein, dem vor allem die Selbstdefinition durch das Selbstkonzept weiterhin gegenübersteht, bei weitem nicht in alle Richtungen durchsetzen. – Diese These soll nun auch in Hinblick auf den gesamten Entwicklungszusammenhang der betreffenden Altersstufe betrachtet werden. Dafür scheinen mir vor allem die Theorien bzw. Beobachtungen von Piaget, aber auch von Freud interessant zu sein: In Freuds Entwicklungslehre fällt die erste Äußerung des Wortes „Ich“ genau in die „anale Phase“. Dass diese Phase *zentral* mit analer Erotik zu tun hat, kann so von einer humanistischen Auffassung nicht geteilt werden, wohl aber, dass sich die großen Themen dieser Entwicklungsstufe natürlich auch auf der körperlich-psychosexuellen Ebene widerspiegeln. Wenn wir also hier den größeren Kontext sehen, geht es in dieser Phase um eine „wachsende Möglichkeit zur Kontrolle über die Körperfunktionen“, um die „Funktionen des Ausstoßens und Zurückhaltens“ sowie um „das Festhalten und Loslassen“ (Auchter & Strauss, 2003, S. 38f.). Diese Motive entsprechen m. E. gut der oben dargestellten Überlegung, dass das Kleinkind im Zusammenhang mit seiner Ich-Bewusstwerdung vor allem seine Innenwelt in einem Spannungsfeld zum bisher einzig wichtigen „Außen“ entdeckt: Bisher hat das Kleinkind sich ausschließlich in Vorstellungen vorgefunden, die ihm andere kommuniziert haben, und daraus sein Selbst(bild und -konzept) gewonnen. Jetzt erkennt es sich aber in seiner unmittelbaren Körperlichkeit wie in seinen inneren Vorgängen auch als eigenständiger Organismus. Aus dieser Perspektive *muss* es in dieser Phase zu einer intensiven Auseinandersetzung mit den Polaritäten Abhängigkeit – Selbstbehauptung und Innen – Außen kommen, mit Themen also, die sich hervorragend auch im Kot symbolisieren: Die „anal“ Themen von Kontrolle, Zurückhalten, Festhalten, Verweigern und andererseits von Ausstoßen, Loslassen und Hergeben passen exakt zu einem Zusammenhang, der in der hier vertretenen Sichtweise seinen Ursprung in der Entwicklung eines Ich-Bewusstseins hat. In der „anal Erotik“ fände sich dementsprechend nur *eine* Auswirkung davon.

In der mittlerweile ebenso klassisch gewordenen Theorie der Denkentwicklung von Piaget fällt das erste „Ich“ in den Anfang des „Präoperationalen Stadiums“, das von 2 bis 7 Jahren andauert (vgl. Schneider & Lindenberger, 2018, S. 396). Dieses „ist gekennzeichnet durch die Bildung stabiler mentaler Repräsentationen“ (ebd., S. 398), darunter wohl auch eine des Ich, worauf zumindest die erstmalige adäquate Verwendung des Wortes „Ich“ hinweist. Dass im präoperationalen Denken

einige logische Operationen noch fehlen, scheint für unseren Zusammenhang wenig bedeutsam, wohl aber ein von Piaget angenommener „Egozentrismus“ in dieser Phase – damit „ist die Unfähigkeit gemeint, eine von der eigenen Perspektive abweichende Perspektive einer anderen Person einzunehmen“ (ebd., S. 399). Dies setzt natürlich voraus, dass das Kleinkind bereits eine eigene Perspektive hat. Aber kann es sich ihrer auch bewusst sein, wenn es sie nicht von der Perspektive anderer unterscheiden kann? Dieses Argument scheint dagegen zu sprechen, dass mit dem ersten „Ich“ im Kern auch schon ein Ich-Bewusstsein entstanden ist. Mittlerweile ist jedoch gerade die angesprochene Egozentrismus-These Piagets durch neuere Untersuchungen klar revidiert: Bald nach dem ersten „Ich“, also „im Alter von etwa drei Jahren erwerben Kinder auch sogenannte ‚mentale Verben‘, können also verstehen, was mit Begriffen wie etwa ‚wissen‘, ‚denken‘, ‚erinnern‘ oder ‚glauben‘ gemeint ist. Ab diesem Zeitraum finden sich auch Belege dafür, dass Vorschulkinder das Denken selbst zum Gegenstand ihres Denkens machen können. Mit ‚Theory of Mind‘ sind alltagspsychologische Konzepte gemeint, die es den Kindern erlauben, sich selbst und anderen mentale Zustände zuzuschreiben. (...) Die Kinder erkennen, dass andere Personen nicht die gleiche Weltansicht haben müssen“ (ebd., S. 201), eine Reflexionsleistung, die bei Tieren noch nicht vorgefunden wurde (vgl. Prior, 2008, S. 109). „Einfachere Aufgaben zur Perspektivenübernahme konnten schon von Kindern unter 3 Jahren gelöst werden“ (Schneider & Lindenberger, 2018, S. 402). Schon in diesem Alter „versteht das Kind, dass ein anderer etwas sehen kann, was es selbst nicht sieht, und umgekehrt; dieses Niveau erreichen Kinder schon mit 2½ Jahren“ (ebd.). Diese neueren Erkenntnisse passen, auch was die Altersangaben betrifft, genau zur Annahme, dass das Kind mit 2½ Jahren nicht nur „Ich“ sagen kann, sondern sich auch als Ich zu sehen gelernt hat: Die Entdeckung einer eigenen Perspektive, die den Perspektiven der anderen gegenübersteht, legt nahe, dass es sich mittlerweile als eigenständiger Organismus begreifen kann, was beides zusammen genommen im ersten „Ich“ einen stimmigen Ausdruck finden dürfte. In diesen Überlegungen erweitert sich nun die angeführte „Theory of Mind“ zu einer weniger kognitiv orientierten, humanistisch-personenzentrierten „Theory of Organism“: Demnach entdeckt das Kleinkind mit 2½ Jahren nicht nur seine mentalen Prozesse, nämlich derart, dass sie eine eigene Perspektive bilden („Theory of Mind“). Vielmehr entdeckt es sich, wie das erste „Ich“ zeigt, als Organismus, der *in seinem gesamten Erleben*, also z. B. auch in seinem unmittelbaren Körpererleben, eine einheitliche, eigenständige Perspektive bildet: „Dazu gehören das Erkennen von Belebtheit, das Verfolgen von Blickbewegungen, das Verstehen von visueller Perspektive, das Erkennen von Intentionen und das Verstehen von mentalen Inhalten“ (Prior, 2008, S. 108). So wird mit diesem

Alter auch das Thema der Autonomie wichtig, aber nicht nur auf der mentalen Ebene, wie sich in der „analen“ Thematik zeigt. Einer Fokussierung auf das Sexuelle in der Psychoanalyse und einer psychologischen Reduktion auf das Kognitive stellt der Schluss auf eine „Theory of Organism“, die demnach das Kind mit 2½ Jahren entwickelt und in seinem ersten „Ich“ äußert, eine umfassendere Sicht entgegen.

### Das Ich im personenzentrierten Kontext: Ich und wahres Selbst

In den vielen Aspekten der Entwicklung des 2–3-jährigen Kleinkindes hat sich deutlich gezeigt: Das erste „Ich“ des Kindes könnte tatsächlich Ausdruck eines erwachenden Ich-Bewusstseins sein, da es sich nun seiner als unmittelbar vorhandener, einheitlicher, wahrnehmender Organismus gewahr geworden ist und sich darin als „Ich“ symbolisieren kann. Dieses Ich-Bewusstsein ist klar von der „Empfindung eines subjektiven Selbst“ zu unterscheiden, deren Herausbildung Biermann-Ratjen in Anlehnung an Stern zwischen dem 7. und 15. Monat ansetzt (vgl. Biermann-Ratjen, 2006, S. 80), also genau im „Spiegelstadium“. Diese Empfindung „beginnt damit, dass die Kinder der Blicklinie der Mutter folgen. Sie drehen den Kopf dahin, wohin ihn die Mutter dreht (...). Dann schauen sie zur Mutter zurück, um sich zu vergewissern (,social referencing‘), dass sie auch das gesehen haben, was die Mutter meinte (...). Und die Kinder schauen zur Mutter, wenn sie wissen wollen, ob ihr Affekt angemessen ist. In der Zeit der Entdeckung des subjektiven Selbst ändern die Mütter ihren Umgang mit den Kindern. Sie zeigen ‚affect-attunement‘, indem sie nicht mehr den Gefühlsausdruck des Kindes (...) imitieren, sondern sie spiegeln dem Kind seinen Affekt in einer anderen Modalität“ (ebd.). An dieser Passage zeigt sich gut, wie sehr es in der „Empfindung eines subjektiven Selbst“, im Gegensatz zur Entstehung des Ich-Bewusstseins, noch um eine Spiegel-Resonanz mit den nächsten Bezugspersonen geht, in der das Kleinkind sein noch junges Selbst**ild** entwickelt. Im Sinn einer solchen Unterscheidung wird Stern von Biermann-Ratjen auch so referiert, der „sense of self“, als Prozess der Selbsterfahrung, existiere schon, bevor die Fähigkeit, ihn zu reflektieren und sich seiner Inhalte bewusst zu werden, entwickelt bzw. gereift sei“ (ebd., S. 78). Dies gilt auch dann, wenn sich das Kind auf der Ebene des Selbst „als einen einzelnen, abgegrenzten, integrierten Körper“ (ebd.) kennenlernt, wie dies sogar manche Tiere können (s. o.): nicht unmittelbar, sondern vermittelt über Spiegelungen und Resonanzen, die sich als „Repräsentanzen von Interaktionserfahrungen“ (ebd., S. 79) in einem Selbstbild bzw. in einem Selbstkonzept niederschlagen. Denn „beim frühen Selbstempfinden gibt es noch kein Bewusstsein des ‚Ich bin es‘, der diese

Empfindungen und Wahrnehmungen hat“, womit Dornes (2015, S. 88) den entscheidenden Schritt markiert, der dabei für die Entstehung eines Ich-Bewusstseins noch aussteht: Erst indem das Kind bemerkt, dass sein Spiegel- bzw. Selbstbild nur ein Objekt seiner Wahrnehmung ist, kann ihm gewahr werden, dass diesem Bild ein „Original“, ein Organismus, ein Ich entspricht, das dieses Bild nicht ist, sondern es *hat* – das Selbst(bild) wird als Vorstellungskomplex erkannt, mit dem das Ich nicht identisch ist. Vielmehr drückt sich, wenn wir diesem Gedankengang folgen, im „Ich“ das erwachende Bewusstsein eines Menschen davon aus, dass er nicht aus seinen Wahrnehmungen, Bildern und Vorstellungen von sich besteht, sondern vielmehr als unmittelbar gegenwärtiger Organismus. Dass er sich als einheitlichen Zusammenhang *sieht*, geschieht schon auf der Ebene der Selbstwahrnehmung im Spiegelstadium – dass er sich als solchen auch (bewusst) *erlebt*, drückt sich im „Ich“ aus.

So würde in einem sich durchsetzenden Ich-Bewusstsein, das nicht wie üblich vom Selbstkonzept überlagert bleibt und nur immer wieder kurz aufflackert, das „wahre Selbst“ (vgl. Rogers, 1961/1973, S. 164) eines Menschen erscheinen. Im therapeutischen Kontext würde es sich besonders in der sechsten Prozessphase durchsetzen, die eine „sehr ausgeprägte und oft dramatische Phase“ (ebd., S. 149) ist: „*Ein präsenten Gefühl wird unmittelbar und reichhaltig erlebt. Diese Unmittelbarkeit des Erfahrens und das Gefühl, das seinen Inhalt ausmacht, werden akzeptiert*“ (ebd.) „*Das Selbst als Objekt verschwindet mehr und mehr. Das Selbst in diesem Moment ist dieses Gefühl (...). Das Selbst ist, subjektiv, in dem Moment der Existenz. Es ist nicht etwas, das man wahrnimmt*“ (ebd., S. 151; Hervorhebungen im Originaltext). So besteht das wahre Selbst, das sich nun Bahn bricht, nicht mehr aus den vielen Konstrukten von Selbstbild und Selbstkonzept, sondern hat sich in seiner „Originalität“ als einheitlicher, unmittelbar erlebend-erlebter Organismus erkannt: Das Selbst<sup>6</sup> hat zu einer bewussten, vollen Identität mit ihm gefunden, eine unmittelbare Identität, die sich im „Ich“ des dritten Lebensjahres angedeutet hat: „Der entscheidende Augenblick ist ein Augenblick der Integration; Kommunikation zwischen verschiedenen inneren Zentren ist nicht länger notwendig, da sie eins geworden sind (...). *Das betreffende persönliche Konstrukt löst sich in diesem Moment des Erfahrens auf,*

6 In diesem Kontext wird deutlich, wie sich bei Rogers die Begriffe „Selbst“ und „Selbstkonzept“ zueinander verhalten: „Selbst“ bezeichnet das Selbstverständnis eines Menschen. Grundet dieses ausschließlich im Selbstkonzept, sind „Selbst“ und „Selbstkonzept“ faktisch deckungsgleich. Ein Bedeutungsunterschied ergibt sich, wenn eine Person sich als über das Selbstkonzept hinausgehender lebendiger Organismus begriffen hat, der sie ja tatsächlich *ist*, während sie ein Selbstkonzept ja nur *hat*. Entsprechend dieser Realität verwendet Rogers den Begriff „Selbst“ ganz folgerichtig oft auch für das „Selbst, das man in Wahrheit ist“, also für ein Selbstverständnis seiner selbst als Organismus und für ein Ich im Sinne des vorliegenden Artikels.



und der Klient fühlt sich aus seinem bisherigen haltgebenden Rahmen losgeschnitten (...). Während sich in diesem Moment seine Art der Selbstdeutung auflöst, fühlt er sich losgeschnitten von seiner bisherigen Welt – ein Gefühl, das wunderbar, aber auch beängstigend ist. *Der Moment des vollständigen Erfahrens wird zu einem klaren und definitiven Bezugspunkt*“ (ebd., S. 152f.; Hervorhebungen im Originaltext). In diesen Zusammenhang gesetzt bedeutet umfassendes Ich-Bewusstsein das „ganze Selbst“ (ebd., S. 173; Hervorhebung im Originaltext), also ein Selbst, das nicht mehr aus Partial-Vorstellungen eines Menschen über sich zusammengesetzt wird, sondern primär aus dem bewussten Erleben seiner selbst als eines unmittelbar vorhandenen Organismus besteht: Dieser bildet *einen einzigen* Gesamtzusammenhang, den das Kleinkind das erste Mal mit 2–3 Jahren entdeckt hat. Im Selbstverständnis bleibt diese Entdeckung aber überlagert von den vielen Vorstellungen, die es bereits von sich entwickelt hat und mithilfe seiner Bezugspersonen ständig weiterentwickeln wird. Zum Durchbruch zu einem „wahren Selbst“ („Das Selbst zu sein, das man in Wahrheit ist“, ebd., S. 164) kann das Ich-Bewusstsein erst in einem sehr reifen Zustand kommen, welcher der sechsten Phase im Prozesskontinuum einer gelingenden Psychotherapie entspricht.

### Das sprechende Ich: Schlussfolgerungen

Die These, ein Mensch wäre etwa ab der ersten Äußerung eines „Ich“ im dritten Lebensjahr imstande, sich seiner als unmittelbar vorhandener, einheitlicher Organismus gewahr zu sein, und darin liege das Ich-Bewusstsein, hat sich im vorliegenden Artikel zumindest als gut begründbar und haltbar erwiesen.

Zwar kann sich demnach eine Person auch in Selbstbild und -konzept als einheitliches Individuum begreifen, – dabei bezieht sie sich im Grunde aber nur auf eine Körperoberfläche, die ursprünglich im Spiegel als einheitlicher Zusammenhang erschienen ist, und auf andere Spiegelungsphänomene, die sich daran anschließen. Sofern ein Mensch sich, wie zumindest in unserem Kulturkreis üblich, vorwiegend über sein Selbstkonzept definiert, wird er demzufolge dazu neigen, sich (und andere) zu vergegenständlichen und von einer Außenperspektive her zu betrachten. Er wird dazu neigen, sich (und andere) zu partialisieren: Selbst-„Bezeichnungen“ gelten nicht dem gesamten Organismus, sondern nur bestimmten Charakteristika, die in einem Zusammenhang gesehen werden können oder auch nicht. Er macht Erfahrungen kaum aus seinem Erleben heraus, sondern bringt sie in seinen Vorstellungen, letztlich in seinem Spiegelbild unter.

Im Gegensatz dazu symbolisiert sich demnach ein Mensch im „Ich“ als unmittelbar erlebender, zusammenhängender Organismus und findet darin seine Einheit. Sofern eine Person

ihre Identität im Ich-Bewusstsein gründet, da sie von ihrem Selbstkonzept auch absehen kann („Ich habe dieses Konzept von mir, aber es definiert mich nicht“), nimmt sie demzufolge sich (und andere) nicht primär in verschiedenen Eigenschaften, sondern als Gesamtheit wahr. Sie versteht sich aus ihrem Erleben heraus, nicht durch die Brille ihrer Vorstellungen über sich und andere. Beziehungserfahrungen wären dann für sie weniger Spiegelerfahrungen als Erfahrungen des erlebten Kontakts, also Erfahrungen, in denen das Du (und jeder andere Aspekt der Wirklichkeit) vom eigenen unmittelbaren Erleben nicht getrennt ist. Grundsätzlich hat gemäß der vorliegenden These diese Art der Wahrnehmung im ersten und in jedem weiteren „Ich“ ihren Anwalt – sie bleibt aber in der Regel, auch kulturell bedingt, stark überlagert von der Orientierung an erwarteten Spiegelungseffekten und am Selbstkonzept, das auf ihnen gründet.

Wie demnach das Selbstkonzept in seinem Ursprung eng mit dem Bildlichen verknüpft ist, so ist die Entstehung des Ich-Bewusstseins eng mit dem Sprechen des ersten „Ich“ assoziiert. Das Erlernen und der Gebrauch der Sprache im Allgemeinen beginnen aber schon deutlich früher, sodass diese offenbar nicht an ein Ich-Bewusstsein gebunden ist: Es gibt ein Sprechen jenseits des „Ich“, sogar wenn Menschen in einer Psychotherapie über sich reden. Dieses Sprechen verwendet oft ein „Man“, manchmal sogar ein „Du“ anstelle eines „Ich“, oder auch ein „Ich“ im Sinn des englischen „Me“. Es bezieht sich, gemäß den vorliegenden Überlegungen, nicht auf ein Ich, es vollzieht sich also nicht im Gewahrsein des unmittelbaren, einheitlichen Vorhandenseins als Organismus, sondern in Vorstellungen über sich und die Welt, wie sie sich in Selbstbild und -konzept finden. Spürbar redet eine Person in diesem Sprechmodus nicht aus sich heraus, sondern gleichsam von einer Außenwarte her über sich, ganz so wie Rogers es für die ersten beiden Prozessphasen beschreibt: *„Probleme werden wahrgenommen, als ob sie außerhalb des Selbst lägen. (...) Beispiel: ‚Immer wieder taucht in meinem Leben Zerrüttung auf.‘ Man beschreibt Gefühle, als ob man sie nicht selber habe, oder – manchmal – als wären es vergangene Objekte. (...) Klientin: ‚Das Symptom war – es war – einfach eine ziemlich starke Depression.‘ Hier ist ein ausgezeichnetes Beispiel für die Art, innere Probleme als vollkommen äußerliche wahrzunehmen und mitzuteilen. Sie sagt nicht: ‚Ich bin deprimiert‘ und nicht einmal ‚ich war deprimiert‘. Ihr Gefühl wird als fernliegendes, nicht selbst erlebtes Objekt behandelt“* (Rogers, 1961/1973, S. 138; Hervorhebungen im Originaltext). Folgen wir der vorliegenden These über das Ich-Bewusstsein, müssten wir diese Aussage von Rogers sogar noch erweitern: Nicht nur die Gefühle werden von der Klientin als etwas Fernliegendes behandelt, sondern sie bespricht sich hier *in ihrer gesamten Person* als außerhalb von sich selbst liegendes Objekt. Sie sieht sich wohl als das Bild, das sich ihr in

den Spiegelungen ihrer selbst gezeigt hat, und identifiziert sich voll mit ihrem Selbstkonzept, zu dem dieses Bild sich sprachlich weitergeformt hat. Die frühkindliche Entwicklung eines „Ich“ ist wieder durch Selbst-Bezeichnungen verdeckt worden. – Es ist zu vermuten, dass sich die Klientin als Kind nicht als Ich, nicht als Individuum in ihrem unmittelbar vorhandenen Erleben anerkannt und geliebt fühlen konnte, sondern eher in der von den Eltern erwünschten Entwicklung eines Verhaltens, das auf deren Vorstellungen und Werten beruhte. So hat die Klientin gelernt, „an ihren Einstellungen zu arbeiten“, sich über sie zu definieren und sich über sie steuern zu wollen. Dieses wahrscheinliche Versagen der Eltern und diese offensichtliche Not der Klientin darf in einer Psychotherapie keine Fortsetzung finden. Natürlich geht es in jeder Psychotherapie immer auch um Selbstkonzepte, aber im günstigen Fall niemals wesentlich: Ein Psychotherapeut sollte nicht den Eindruck entstehen lassen, dass seine Anerkennung, seine Empathie und eigene Bewusstheit ihnen oder gar dem Reflektieren darüber gelten. Dies würde die Gefahr einer Beziehungserfahrung in sich bergen, die darin bestärkt, sich in einer Grundannahme nicht als erlebendes Ich, sondern über seine Vorstellungen über sich und somit als Objekt zu definieren. Einer solchen Einengung, als deren entwicklungsgeschichtlicher Ursprung die nicht gelöste Fixierung auf das eigene Spiegelbild herausgestellt worden ist, steht hier das Ich-Bewusstsein gegenüber, das dem Organismus als lebendiger, unmittelbar vorhandener Einheit und Gesamtheit gilt. Ein adäquates, klares, stabiles Selbstkonzept ist die Grundbedingung der psychischen Gesundheit eines Menschen, was aber nicht einschließt, dass er sich voll mit ihm zu identifizieren hat. Im Gegenteil, sobald ihm in einer psychotherapeutischen Beziehung aufgrund der Haltung der Psychotherapeutin immer wieder gewahrt wird, dass er ein *Selbstkonzept hat*, aber *Person ist*, hat sich sein Selbst schon entscheidend gelockert: Erweiterung des Selbst bedeutet in diesem Kontext eine Erweiterung auf das Ich hin.

Wenn Klientinnen eine Psychotherapie beginnen, erwarten sie nicht selten, dass sie *über* ihre Geschichte und *über* ihre „Muster“ berichten, damit diese Berichte wiederum Gegenstand der Reflexion in der Sitzung werden. In ihrer Erwartung machen sie damit sich selbst zum Objekt ihres Sprechens und auch ihr Sprechen zum Objekt der Reflexion durch sich selbst und den Psychotherapeuten. Diese Erwartung kann durchkreuzt werden, indem die Psychotherapeutin sich in ihrem positiven Beziehungsangebot und ihrer Resonanz deutlich auf die gesamte leibliche Präsenz ihres Gegenüber bezieht. Dadurch, dass ein Klient nicht vornehmlich in seinen Aussagen fokussiert, analysiert und besprochen wird, entsteht ein Freiraum sowohl für ihn persönlich als auch für sein Sprechen. Auch dieses dient nicht primär als *Gegenstand* einer Auseinandersetzung, sondern kann von ihm als lebendiger *Ausdruck* seines Ich, als

unmittelbare Artikulation des Organismus wiederentdeckt werden und wieder Anschluss an das „Ich“ finden. Denn, wie Buber es ausdrückt, „wir dürfen zwischen zwei Arten menschlichen Daseins unterscheiden. Die eine mag als Leben vom Wesen aus, als Leben bestimmt von dem, was einer ist, die andre als Leben bestimmt vom Bilde aus, als Leben bestimmt von dem wie einer erscheinen will, bezeichnet werden. (...) Stellen wir uns nun zwei Bildmenschen vor, die beieinander sitzen und miteinander reden: Zwei lebende Wesen und sechs gespenstische Scheingestalten<sup>7</sup>, die sich in das Gespräch der beiden mannigfaltig mischen! (...) Stellen wir uns einen Peter und einen Paul vor, die es anzuwidern beginnt, die es immer heftiger anwidert, durch Gespenster vertreten zu werden. In jedem von beiden erwacht, erstarkt der Wille, als dieser Seiende und nicht anders bestätigt zu werden (...), bis der Schein hier und hier zerrinnt und die Abgründe des Personseins einander anrufen“ (Buber, 1962/1997, S. 177–181).

## Literatur

- Amsterdam, B. (1972). Mirror self-image reactions before age two. *Developmental Psychobiology*, 5(4), 297–305.
- Auchter, T. & Strauss L. V. (2003). *Kleines Wörterbuch der Psychoanalyse*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Bauer, J. (2019). *Wie wir werden, wer wir sind. Die Entstehung des menschlichen Selbst durch Resonanz*. München: Karl Blessing Verlag.
- Biermann-Ratjen, E.-M. (2006). Klientenzentrierte Entwicklungslehre. In J. Eckert, E.-M. Biermann-Ratjen & D. Höger (Hrsg.), *Gesprächspsychotherapie. Lehrbuch für die Praxis* (S. 73–91). Heidelberg: Springer.
- Buber, M. (1962/1997). Elemente des Zwischenmenschlichen. In M. Buber: *Das dialogische Prinzip* (S. 170–197). Heidelberg: Verlag Lambert Schneider.
- Dornes, M. (2015). *Der kompetente Säugling. Die präverbale Entwicklung des Menschen*. Frankfurt/M.: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Fichte, I. H. (Hrsg.) (1794/1971). *Fichtes Werke. 11 Bände*. Berlin: Walter de Gruyter.
- Finke, J. (2019). *Personzentrierte Psychotherapie und Beratung. Störungstheorie – Beziehungskonzepte – Therapietechnik*. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Freud, S. (1923/1992). *Das Ich und das Es. Metapsychologische Schriften*. Frankfurt/M.: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Gallup, G. (1970). Chimpanzees: Self-Recognition. *Science*, 167, 86–87.
- Höger, D. (2006). Klientenzentrierte Persönlichkeitstheorie. In J. Eckert, E.-M. Biermann-Ratjen & D. Höger (Hrsg.), *Gesprächspsychotherapie. Lehrbuch für die Praxis* (S. 37–72). Heidelberg: Springer.
- Husserl, E. (1901/2010). *Logische Untersuchungen*. Berlin: Walter de Gruyter.
- Jalley, E. (1998). *Freud, Wallon, Lacan. L'enfant au miroir*. Paris: EPEL.
- Kant, I. (1781/1990). *Kritik der reinen Vernunft*. Hamburg: Felix Meiner Verlag.

<sup>7</sup> Gemeint sind die (insgesamt sechs) Bilder, die jeder von beiden von sich hat, die er von sich haben möchte, und die er vermitteln möchte

- Kohda M., Hotta T., Takeyama T., Awata S., Tanaka H. & al. (2019). If a fish can pass the mark test, what are the implications for consciousness and self-awareness testing in animals? *PLoS Biol*, 17(2).
- Lacan, J. (1966/2016). Das Spiegelstadium als Gestalter der Funktion des Ichs, so wie sie uns in der psychoanalytischen Erfahrung offenbart wird. Vorgetragen am 17.7.1949 auf dem XVI. Internationalen Kongress für Psychoanalyse in Zürich. In J. Lacan, *Schriften I* (S.109–117). Wien: TURIA + KANT. (Orig. ersch. 1966: *Ecrits 1*. Paris: EDITIONS DU SEUIL).
- Lukits, G. (2016). Empathie und Empirie: Rogers' Verstehenszugänge und ihre Voraussetzungen in der Erkenntnistheorie Schopenhauers. Ein philosophischer Anstoß. *Person*, 20(1), 63–71.
- Nielsen, M., Suddendorf, T. & Slaughter, V. (2006). Mirror Self-Recognition Beyond the Face. *Child Development*, 77(1), 176–185.
- Prior, H. (2008). Vergleichende Kognitionsforschung. In J. Bengel et al. (Hrsg.), *Handbuch der Psychologie*, Band 8: S. Gauggel & M. Herrmann (Hrsg.), *Handbuch der Neuro- und Biopsychologie* (S.103–112). Göttingen: Hogrefe.
- Rogers, C. R. (1951/1983). *Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie*. Frankfurt/M.: Fischer. (Orig. ersch. 1951: *Client-centered therapy. Its current practice, implications, and theory*. Boston: Houghton Mifflin).
- Rogers, C. R. (1959/1987). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen*. Köln: GwG-Verlag (Orig. ersch. 1959: siehe folgende Literaturangabe).
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationship, as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology. A study of a science. Vol. III: Formulations of the person and the social context* (pp.184–256). New York: McGraw Hill.
- Rogers, C. R. (1961/1973). *Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten*. Stuttgart: Klett-Cotta (Orig. ersch. 1961: *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin).
- Rölleke, H. (Hrsg.) (1985). *Kinder- und Hausmärchen gesammelt durch die Brüder Grimm*. Frankfurt: Deutscher Klassiker Verlag.
- Sartre, J.-P. (1943/1993). *Das Sein und das Nichts*. Hamburg: Rowohlt.
- Schmid, P. F. (2016). Personzentrierte Anmerkungen. Zum Personbegriff anlässlich des Artikels von Alfried Längle: Person-Zentriert: Zur Personierung der Existenz – eine ‚Außensicht‘. *Person*, 20(2), 111–114.
- Schmid, P. F. (1998). Souveränität und Engagement. Zu einem personzentrierten Verständnis von „Person“. In C. R. Rogers & P. F. Schmid, *Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis* (S.15–164). Mainz: Matthias-Grünwald-Verlag.
- Schneider, W. & Lindenberger, U. (Hrsg.) (2018). *Entwicklungspsychologie*. München: Urban & Schwarzenberg.
- Widmer, P. (2016). *Subversion des Begehrens. Eine Einführung in Jacques Lacans Werk*. Wien: TURIA + KANT.
- Wiltshko, J. (2003). Ich. In G. Stumm, J. Wiltshko & W. W. Keil (Hrsg.), *Grundbegriffe der Personzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung* (S.171–173). Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.