



Personalität – Versöhnung mit dem Ich (mit den realisierten und verfehlten Potentialen)

Franz Sedlak

Folgen wir der Stufenleiter Eriksons, dann hat der Mensch zunächst die Aufgabe, sich in der Welt einzurichten. Er muss Urvertrauen entwickeln können, dann seinen Willen entdecken, schließlich auch seine Autonomie mit einer zielgerichteten Aktivität verbinden und seine Minderwertigkeitsgefühle überwinden zu Gunsten einer positiven Selbstwertüberzeugung. Er muss seine Identität entwickeln, um intime Beziehungen entwickeln zu können, er muss versuchen, seine Fähigkeiten und Talente weiterzugeben, fruchtbar zu machen. Entweder kann dies durch Generativität im Sinne eigener Kinder erfolgen oder durch geistige Produktivität. Schließlich gelangt der Mensch an einen Punkt, an dem er befriedigt zurückblicken kann, alle seine Erfahrungen integriert hat. Was aber, wenn der Mensch an einer dieser Entwicklungsstufen innehalten muss, weil er diese Lebensaufgabe nicht richtig meistern konnte? Sei es, dass er seine Identität nicht richtig finden konnte, sei es, dass die Suche nach intemem Gefühlsaustausch nicht erfolgreich war oder dass an die Stelle von Generativität und Produktivität Stagnation getreten ist. Oder sei es, dass der Mensch an einen Punkt gelangt ist, wo er sogar einen gewissen Lebensekel empfindet, weil zu viel Widersprüchliches passiert bzw. in ihm da ist und nicht zu einer Einheit gefunden hat. Sehr oft findet dann der Blick zurück im Zorn statt: die Suche nach jenen Determinanten, die schuld daran waren, dass man sich nicht so oder so entfalten konnte, z.B. Umstände des Lebens, die Beziehung zu den Eltern, erste prägende Lebenserfahrungen, Schicksalsschläge, Krankheiten etc. Aber diese Suche muss ergänzt werden mit der Betrachtung der genutzten Potentiale, d.h. mit allen Errungenschaften, die wir trotz widrigen Umständen realisiert haben; wir haben über diese unsere Resilienz, unsere innere Widerstandskraft, unsere Ausdauer beim Verfolgen unserer Ziele trotz zahlreicher Hindernisse auf dem Weg sicher schon in jungen Jahren mehr oder weniger verfügt und sollten sie weiter pflegen.