

„Selbsterziehung“ – ein aktuelles Konzept der Individualpsychologie?

Aus: „Zeitschrift für Individualpsychologie“, 4/2009 (34. Jg.): S. 374-390.

Zusammenfassung

„Selbsterziehung“, ein Begriff, der 1930 im Zentrum der Festschrift zu Adlers 60. Geburtstag stand, ist in der modernen Pädagogik und Psychologie kein häufig verwendeter Begriff. Von der Sache her wirft er jedoch Fragen auf, die zu verfolgen unter Bezug auf Seif (1930) und Frick (2007) interessant ist. Steht bei Seif der Begriff der „Selbsterkenntnis“ als Voraussetzung für „Selbsterziehung“ im Zentrum, ist dies bei Frick das Konzept der „Ermutigung“, das in einer modernen integrativen Perspektive unter zentraler Berücksichtigung der Individualpsychologie behandelt wird. Ein abschliessender Vergleich der beiden Autoren fördert Unterschiede, aber auch Gemeinsamkeiten zu Tage: Die psychodynamische Orientierung mit ihrer Suche nach lebensstil- und biografisch bedingten Beschränkungen und Einschränkungen wird – und hier finden sich Seif und Frick - u.a. dann nötig, wenn Ausdauer und Hartnäckigkeit allein keinen persönlichen Fortschritt bringen, sondern in Teufelskreisläufen enden, wie sie unter Umständen nur in Beratungs- oder Therapieprozessen oder in eindringlichen Selbsterforschungsprozessen erkannt und unterbrochen werden können.

Schlüsselwörter:

Selbsterziehung, Selbsterkenntnis, Ermutigung, Individualpsychologie, psychodynamische Theorie

Self-education - a current concept of Individual Psychology?

Summary

"Self-education" was the concept that the anniversary publication for Adler's 60th birthday in 1930 centered around. These days self-education is a rarely used term – however, a term to raise interesting questions to follow up on Seif (1930) and Frick (2007) . While Seif sees self-awareness as a prerequisite of self-education, Frick deals with encouragement reflecting strongly on Individual Psychology within a modern integrative perspective. A final comparison makes the differences but also their common ideas obvious: Psychodynamics orientation and self search become necessary when endurance and persistence do not bring personal results but turn into dead ends if the search for life-style or biographic related restrictions and limitations is not dealt with in counseling or therapeutic processes.

Key words:

self-education, self-awareness, encouragement, Individual psychology, Psychodynamic Theory

1. Zu den Begriffen „Erziehung“ und „Selbsterziehung“

Der Begriff „Erziehung“ zählt heute zu den Grundbegriffen der Pädagogik. Der in den 1970er Jahren aufkommende Protest gegen den als totalitär empfundenen Anspruch der Erziehungsbefürworterinnen und –befürworter ist verstummt. Die Strömung der sog.

„Antipädagogik“, welche jede Erziehung als gewalttätige Form von „Ziehen“ brandmarkte, ist beispielsweise abgeklungen, das öffentliche Bewusstsein wird gegenwärtig von der Idee „Es braucht Erziehung“ beherrscht. Für Lieder wie „We don't need no education“ (Pink Floyd 1979) haben wir nur noch ein nostalgisches Lächeln übrig. „Kinder brauchen Erziehung“ lauten die heutigen Erziehungsratgeber in ihrem Grundtenor. Ahrbeck, der Autor des gleichnamigen Buches, schreibt von der Wiederentdeckung der pädagogischen Verantwortung und fährt fort: „Inzwischen mehren sich die Zeichen dafür, dass es zu einer Wiederbelebung der pädagogischen Idee kommt. Eine Stärkung des Erziehungsgedankens ergibt sich, der unmittelbaren Not gehorchend, aus praktischen Notwendigkeiten. So wie bisher kann es in vielen Erziehungsfeldern nicht weitergehen. Deshalb nehmen Erziehungsfragen im weiteren Sinne im öffentlichen Diskurs einen grossen Raum ein. Zumindest ist ein Anfang zu einer Veränderung gemacht. Grenzsetzung ist eines der dominierendsten Schlagworte des letzten Jahrzehnts“ (Ahrbeck 2004, S. 158).

Lässt sich aus dieser Rehabilitation der Erziehungsidee der Schluss ziehen, dass der Begriff der „Selbsterziehung“, der in älteren eher philosophisch orientierten Werken und in der klassischen Individualpsychologie um 1930 (vgl. Seif 1930) öfters verwendet worden ist, in Pädagogik und Psychologie ebenfalls rehabilitiert worden ist?

Nein, dieser Schluss wäre verfrüht. Schon ein erster Blick zeigt, dass dem nicht so ist. „Selbsterziehung“ ist heute kein häufig verwendeter Terminus, so findet sich zum Beispiel im Wörterbuch „Wikipedia“ im Januar 2009 kein Eintrag dazu. Das Wort „Selbst-Erziehung“ scheint – so eine heutige Lesart – ein Widerspruch in sich selbst zu sein, indem die Tätigkeit der Erziehung doch nur den Erziehungspersonen zugeschrieben wird, welche es mit sog. Zöglingen zu tun haben, also mit zu erziehenden jungen Menschen. Eine weitere Schwierigkeit bei der Verwendung eines wissenschaftlich fundierten Begriffs „Selbsterziehung“ entsteht durch dessen weite faktische Verwendung, die von der Philosophie bis zur Yoga-Lehre eines Shri Swami Krishnananda Maharay reicht, der von der „individuellen Selbsterziehung“ spricht.

Soweit so gut, man könnte mit einer gewissen Berechtigung vom „Abbruch der Uebung“ sprechen. Wissenschaftlich lasse sich das Thema der „Selbsterziehung“ heute nicht mit zeitgemässer Fachliteraturabstützung behandeln. Dagegen spricht allerdings der Einwand, dass der Terminus „Selbsterziehung“ von der Sache her verschiedenste interessante Fragen aufwirft, zum Beispiel: Braucht es nicht die tagtägliche „Erziehung der Erzieher“, wie Adler schon 1912 in den „Monatsheften für Pädagogik und Schulpolitik“ titelte? Bekannter wurde dieser Beitrag dann unter dem Titel „Zur Erziehung der Eltern“, so publiziert in „Heilen und Bilden“ (Adler/Furtmüller 1914a/1973c, S. 219-232). In dieser Zeit war sich der Begründer der Individualpsychologie bereits bewusst, dass Erziehung nur dann gelingen kann, wenn die betreffenden Eltern und Erzieher/innen gewisse persönliche Voraussetzungen erfüllen. Oder allgemeiner formuliert: braucht es für Erwachsene nicht so etwas wie die tagtägliche Bereitschaft zur Selbsterziehung, zur Arbeit an sich selbst, die eigene Anstrengung, damit wir nicht rosten, wie es im altbekannten Sprichwort heisst? Ähnliche Überlegungen machte sich wohl Manès Sperber, als er alles Glück als „Überwindungsprämie“ bezeichnete, was dem bekannten Sprichwort nahekommt, dass es „ohne Fleiss keinen Preis“ gibt. Der bedeutende britische Historiker Edward Gibbon dachte in der gleichen Richtung, als er schrieb: „Wir verbessern uns dadurch, dass wir über uns selbst siegen. Es muss einen Wettbewerb geben und wir müssen diesen gewinnen.“

Oder braucht es im Lichte der Psychoanalyse nicht die Fortsetzung der „Selbstanalyse“, wenn die „Selbsterfahrung, mit der in der eigenen Psychoanalyse oder in einer psychoanalytischen Gruppe begonnen wurde“ (König 1994, S. 7), weitergehen soll? Worin würde dann der

Unterschied zwischen der „Selbsterziehung“ und der „Selbstanalyse“ (König 1994) bestehen? Oder worin besteht der Unterschied zwischen „Selbsterziehung“ und dem, was die verhaltenstherapeutisch orientierte Literatur unter „Selbstmanagement“ versteht?

Diese verschiedenen Fragen weisen alle in eine gleiche Richtung, nämlich dass der Begriff der „Selbsterziehung“ von der Sache her interessante Fragestellungen aufwirft, die sich durchaus mit Gewinn verfolgen lassen. „Selbsterziehung“ soll darum im Folgenden als eigene Anstrengung definiert werden, die eigene Persönlichkeit durch planmäßige Massnahmen zur Entfaltung zu bringen. Im Zusammenhang mit der „Erziehung der Erzieher“ ist die Forderung nach „Selbsterziehung“ heutzutage eine Selbstverständlichkeit, welche allen Beteiligten zugute kommen soll, hinter die zurückzutreten nicht mehr in Frage komme, wie Tschöpe-Scheffler am Beispiel der Elternbildung festhält: „Elternbildung greift zu kurz, wenn nur die erzieherische Qualifizierung der Eltern angesprochen wird und nicht zugleich auch ihre eigene Persönlichkeits- und Weiterentwicklung. Erziehung und Selbsterziehung gehören nicht erst seit den Erkenntnissen der psychoanalytischen Forschung zusammen. Schon die Klassiker der Erziehung machten auf den wichtigen Zusammenhang aufmerksam, am radikalsten wohl der polnische Arzt und Pädagoge Janusz Korczak: ‚Lerne dich selbst kennen, ehe du Kinder zu erkennen trachtest. Mache dir klar, wo deine Fähigkeiten liegen, ehe du anfängst, den Kindern den Bereich ihrer Rechte und Pflichten abzustecken. Unter ihnen allen bist du selbst dein Kind, das du vor allem kennen lernen, erziehen und formen musst.‘ (Korczak 1999, S. 147).

Hinter diesen Anspruch dürfen wir in der Elternbildung nicht mehr zurücktreten“ (Tschöpe-Scheffler 2006, S. 287).

Wenn wir an dieser Stelle einen Moment inne halten, können wir die letzten beiden Abschnitte so zusammenfassen, dass mit dem Stichwort der „Selbsterziehung“ von der Sache her interessante Aspekte menschlicher Lernprozesse im Erwachsenenalter angesprochen werden, Lernprozesse, welche einerseits für pädagogisch professionell Tätige gefordert werden, die andererseits aber allen Erwachsenen zugute kommen, welche ihr Leben selber gestalten wollen. Die Persönlichkeitspsychologie spricht in diesem Zusammenhang von menschlicher „Persönlichkeitsentwicklung“ (Schneewind 2005, S. 39) und unterscheidet für deren Erklärung verschiedene Modelle. Schneewind bevorzugt ein Modell der dynamischen Interaktion, das heisst, „Person und Umweltgegebenheiten entwickeln sich – wie insbesondere in den sog. biopsychosozialen Entwicklungsmodellen angenommen – über die Zeit hinweg im Sinne eines wechselseitigen Beeinflussungsprozesses“ (Schneewind ebd.). Umweltgegebenheiten und Aussenkontexte stecken in entscheidender Weise den Rahmen für die Ermöglichung – aber auch Beschränkungen - einer mit zunehmendem Alter vermehrt reflexiv gesteuerten Persönlichkeitsentwicklung ab: „Persönlichkeitsentwicklung wird damit zum Projekt der Selbstgestaltung“ (Schneewind 2005, S. 48). Interessanterweise lassen sich an dieser Stelle Bezüge zur Individualpsychologie herstellen. Selbstgestaltungsmöglichkeiten zu fördern und die reflexive Steuerung der eigenen Entwicklung zu ermöglichen waren nämlich Zielsetzungen individualpsychologischer Beiträge, wie sie schon 1930 von Leonhard Seif sowie in neuester Zeit von Jürg Frick (2007) verfolgt wurden. In den beiden nächsten Kapiteln soll diese Aussage ausführlicher erläutert werden. Zugleich soll so der Frage nachgegangen werden, ob im Bereich der Selbsterziehung ein spezifischer Beitrag der Individualpsychologie für die persönliche Weiterbildung von pädagogisch Tätigen liegen könnte.

2. Selbsterziehungskonzepte in der Tradition der Individualpsychologie

Seit ihren Anfängen bemühte sich die Individualpsychologie darum, die Selbstgestaltungsmöglichkeiten des Individuums zu fördern und diesem die reflexive Steuerung des eigenen Lebens, seine „Selbsterziehung“ zu ermöglichen. Voraussetzungen dafür seien die Selbsterkenntnis oder die Einsicht in diejenige psychische Struktur, die Adler ab 1926 den „Lebensstil“ nannte: „Der Terminus Lebensstil erscheint erst 1926 in Adlers Schriften, obwohl die entsprechenden Hauptgedanken von Anfang an vorhanden waren. Es waren die Annahmen von der Einheit des Organismus und seiner ständigen prospektiven Ausrichtung, vom Streben nach einem Ziel - ein ‚fiktives‘ Ziel im Sinne einer Schöpfung des Betreffenden...“ (Ansbacher 1985, S. 254).

In den ersten Lebensjahren entstehen, bilden sich gewisse Zielorientierungen, fiktive Ziele, unbewusste Ziele, von deren Erreichung sich das Kind eine Verbesserung seiner Situation erhofft. Beim perfektionistischen Kind ist zum Beispiel – so die Adlersche Überzeugung - im Laufe der ersten sechs, sieben Lebensjahre die persönliche Ueberzeugung entstanden, möglichst keinen Fehler machen zu dürfen, um - so liesse sich aus heutiger individualpsychologischer Sicht präzisierend hinzufügen - bei den Erwachsenen anzukommen, deren Anerkennung zu erhalten. „Je perfekter, desto besser. Je besser die Noten, desto grösser die Beachtung und Wertschätzung bei den Eltern!“ So lässt sich die fiktive subjektive Zielsetzung des nach Perfektionismus strebenden Menschen in individualpsychologischer Sicht verkürzend zusammenfassen. Solch ein „Lebensstil“, so eine einschränkende Lebensphilosophie kommt einer schweren Hypothek für das Leben des betreffenden Menschen gleich. Er wird seines Lebens nicht froh, weil er von innerseelischen Zwängen, vom Zwang perfekt zu sein, motiviert, getrieben und geleitet wird. Oder auf eine Lehrperson bezogen: auf dem Hintergrund solcher „Lebensstilstrukturen“ läuft sie ev. Gefahr, nur die Leistung ins Zentrum zu stellen und keine Augen für den Menschen, für das Kind zu besitzen. Dieses seelischen „Zwanges“ bewusst zu werden, um ihm entgegenzusteuern, bzw. um die reflexive Steuerung der eigenen Entwicklung verbessern zu können, dafür empfahl die klassische Individualpsychologie um 1930 den Weg der „Selbsterziehung“. Wie dieser Weg aussehen soll, darauf findet sich eine Antwort bei Leonhard Seif in seinem Aufsatz von 1930.

2.1 „Selbsterziehung“ bei Leonhard Seif (1930)

2.1.1 Zum Anlass der Schrift

1930 feierte Alfred Adler seinen 60. Geburtstag. Um ihn zu würdigen, verfassten viele seiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine Festschrift mit dem Titel „Selbsterziehung des Charakters“, eine Schrift, deren Beiträge im Hinblick auf das Thema der „Selbsterziehung“ auszuwerten und zu diskutieren interessant wäre. In diesem Sinne soll darum in einem nächsten Schritt der erste Beitrag „Zum Problem der Selbsterkenntnis und Selbsterziehung“ von Leonhard Seif (1930) ausgewertet werden, um so Aussagen zu einer „Selbsterziehung“ im Lichte der klassischen Individualpsychologie zu formulieren. Eine Auswertung verschiedenster Beiträge zu dieser Festschrift findet sich bei U. und G. Lehmkuhl (1993, S. 189f.).

2.1.2 Zur Bedeutung der „Selbsterziehung“ bei Leonhard Seif (1930)

„Was ist Selbsterziehung?“ fragt Seif (1930, S.1) zu Beginn seines Aufsatzes. Selbsterziehung sei „eine Selbständerung, eine Wandlung des Charakters“ (ebd.). Voraussetzung für diesen

Prozess sei ein stark gewordenes Bedürfnis, sich zu ändern, es anders, besser zu machen: „Jetzt sucht er entweder die Hilfe eines erfahrenen Psychotherapeuten oder er hilft sich selbst und beginnt mit der Voraussetzung aller Selbsterziehung, der ‚Selbsterkenntnis‘“ (Seif 1930, S. 2).

„Hier erhebt sich nun sofort eine beachtenswerte Schwierigkeit. Der Mensch hat die Neigung, das, wie er sein, sich und Anderen erscheinen möchte, zu verwechseln mit dem, wie er in Wirklichkeit ist. Es beginnt der Kampf zwischen Eitelkeit und Wahrhaftigkeit. ‚Einzig aus dem Mangel an jener Redlichkeit‘, schreibt *Schopenhauer* in seinem Brief an *Goethe*, ‚scheinen fast alle Irrtümer und unsäglichen Verkehrtheiten entsprungen zu sein, davon die Theorien und Philosophien (...) so voll sind. Man fand die Wahrheit nicht, bloss darum, dass man sie nicht suchte, sondern statt ihrer nur immer irgendeine vorgefasste Meinung wieder zu finden beabsichtigte oder wenigstens eine Lieblingsidee durchaus nicht verletzen wollte, zu diesem Zwecke aber Winkelzüge gegen sich selbst und andere anwenden musste. Der Mut, keine Frage auf dem Herzen zu behalten, ist es, der den Philosophen macht‘ (Angewendet auf unseren Gegenstand: Den ehrlichen Selbsterforscher.)“ (Seif 1930, S.2).

Sich auf den Philosophen Schopenhauer beziehend, der ja bekanntlich verschiedenste tiefenpsychologische Einsichten vorausgeahnt hat, analysiert Seif hier die Schwierigkeiten des Menschen auf dem Weg zur Selbsterkenntnis. Zur Selbsterziehung bzw. zu deren Vorstufe der Selbsterkenntnis gehört somit die Selbstermutigung, „keine Frage auf dem Herzen zu behalten“, der Mut, den persönlichen Fragen genauer nachzugehen.

Seif analysiert in der Folge die Schwierigkeiten auf dem Weg zur Selbsterkenntnis individualpsychologisch mit dem Hinweis auf das „Geltungsstreben“ des Menschen, auf dessen Willen zur Macht, auf „das Persönlichkeitsideal der fehlerlosen Vollkommenheit und Ueberlegenheit, mit denen das ewig nagende Unzulänglichkeits- und Minderwertigkeitsgefühl beschwichtigt werden soll (beseitigt kann es auf diese Weise nie werden) durch den Schein, zu etwas Grossem, Besonderem ausersehen zu sein oder wenigstens danach zu streben. Die Eitelkeit sträubt sich gegen die Aufdeckung der Eitelkeit“ (Seif 1930, S. 2).

Interessant wäre an dieser Stelle die Diskussion der Frage, wieweit das Individuum seine „Eitelkeit“ selber aufdecken kann bzw. inwieweit dies eben dem Münchhausen-Prinzip gleichkäme, sich selber aus dem Sumpf ziehen zu wollen. Bedarf „Selbsterziehung“ der „Fremderziehung“ oder wenigstens der Hilfe/der Anstösse von aussen, ev. der Psychotherapie? Von einem schwer depressiven Menschen beispielsweise „Selbsterziehung“ zu verlangen, würde einer schwerwiegenden Ueberforderung gleichkommen. Das heisst, diese Münchhausen-Frage führt in komplizierte Gebiete mit individuellen Antworten, indem die vorhandenen Kompetenzen des jeweiligen Individuums, seine psychische Gesamtverfassung miteinbezogen werden müssen, ein Sachverhalt, dem Seif an anderer Stelle durch den Hinweis Rechnung trägt, dass für „schwerere Störungen der Seelenarzt nicht entbehrt werden kann.“ (Seif 1930, S.4).

Für die Fortsetzung gehen wir von psychisch stabilen Menschen aus, denen die Anstrengung, „die eigene Persönlichkeit durch planmässige Massnahmen zur Entfaltung“ zu bringen, die Anstrengung zur „Selbsterziehung“ zugemutet werden kann.

Seif setzt hier mit der Erörterung einer zweiten Schwierigkeit fort, nämlich wie Selbsterkenntnis überhaupt möglich wird. Die Persönlichkeit, das Innere einer Person, ihr Kompetenzen-Status, ihre Fähigkeit zur Selbsterkenntnis, sie alle sind ja nicht direkt so in Erfahrung zu bringen, wie wir menschliche Handlungen oder sportliche Leistungen erkennen oder sogar messen können. Hier kommt Seif die individualpsychologische Empfehlung zu Hilfe, dem Menschen nicht auf den Mund, sondern auf die Fäuste, auf die Hände zu schauen:

„Für sich selbst wie für den Mitmenschen öffnen den Zugang zum ‚Verständnis‘ seines Charakters nur seine Handlungen und sonstigen Verhaltensweisen *und* deren Folgen für die Umwelt und ihn selbst. Und nicht nur seine Handlungen, sondern auch Unterlassungen, die *Kenntnis gerade der Situationen, wo er fremdelt, Angst hat, wo er nicht mehr mit tut, also die Kenntnis der Grenze seiner seelischen Tragfähigkeit, also der Stelle, wo er sich bewähren soll.* Hier ist das Gegenstandsgebiet der Selbsterkenntnis“ (Seif 1930, S.2f.).

Mit der Perspektive, das Individuum bei der Lösung einer sozialen Lebensaufgabe zu beobachten, hat Seif somit eine Richtung gefunden, wie das Individuum zur Selbsterkenntnis gelangen kann: Weiche ich den Lebensaufgaben „Arbeit“, „Liebe“ und „Gemeinschaft“ aus oder nicht? Oder löse ich die eine soziale Lebensaufgabe, lasse aber die andere unbeantwortet? Stürze ich mich zum Beispiel ganz in die Arbeit und lasse dabei meine anderen sozialen Beziehungen oder meine Partnerschaft verkümmern? Oder falls ich mich allen drei von Adler postulierten Lebensaufgaben „Arbeit“, „Liebe“ und „Gemeinschaft“ zuwende, wie mache ich dies genau? Bewältige ich meine sozial bestimmten Aufgaben in einer Weise, die mich persönlich befriedigt und nicht etwa physisch überfordert? Oder schuftet sich das Individuum etwa zu Tode? Währenddem beim Lesen der Adlerschen Werke zeitweise der Eindruck entsteht, dass vom Individuum eine gewisse Einordnung, ja fast Unterordnung unter die Gemeinschaft gefordert wird, findet sich bei Seif explizit der Hinweis auf die Gefahr für das Individuum, dass es in der Ausübung seiner sozialen „Pflichten“ untergeht: „Oder es verzichtet infolge Verantwortungsscheu auf seine Freiheit und übertreibt seine sklavisches Abhängigkeit von der Umgebung je nach dem Grad des Mutes und Selbstvertrauens als Musterkind, Untertan oder hilfloser Neurotiker (,Köder‘psychologie: Der Köder lässt sich fressen, um den Fisch zu fangen)“ (Seif 1930, S.3).

Seif hofft, so wenigstens skizzenhaft den Gegenstand der „Selbsterkenntnis“ aufgezeigt zu haben. Damit sei auch die Grundlage für die „Selbsterziehung“ gelegt, die ja erst auf dem Fundament gelingender Selbsterkenntnis möglich wird. Erfolgreiche Selbsterkenntnis kommt einem Kompass gleich, mit dem das Individuum seine „Selbsterziehung“ lenken und seine „eigene Persönlichkeit durch planmäßige Massnahmen zur Entfaltung“ bringen kann. „Selbsterkenntnis“ und „Selbsterziehung“ werden so zum „Weg, Klarheit über sich selbst zu schaffen, Hemmungen zu beseitigen und alle Kräfte und Fähigkeiten des ganzen Menschen frei zu machen zur freien und selbstverantwortlichen Hingebung an schöpferisches Leben“ (Seif 1930, S. 4).

Hier würdigt Seif die Individualpsychologie Alfred Adlers, die unentbehrlich sei für den „Arzt und den Erzieher, für die Selbst- und Fremdhilfe. Letzten Endes ist auch die Fremdhilfe Selbsterkenntnis und Selbsterziehung – ihr Ziel ist ja die freie, verantwortliche Persönlichkeit, die sich jeder selbst erarbeiten muss -, wie umgekehrt die Selbsterkenntnis nicht zurechtkommen kann ohne die Fremderkenntnis und –hilfe, wenigstens durch Bücher, Vorträge, Teilnahme an Erziehungsberatungen oder gelegentlichen Aussprachen. Fälle solcher erfolgreicher Selbsterziehung lassen sich nicht selten unter den Teilnehmern von individualpsychologischen Kursen und Erziehungsberatungen finden“ (Seif 1930, S. 4).

2.1.3 Ein Fallbeispiel zur Veranschaulichung des Prozesses der „Selbsterziehung“

Zu den Stärken der Individualpsychologie gehört ihre Verschränkung von Theorie und Praxis, ihr Bestreben, die theoretischen Aussagen mit Praxisbeispielen zu veranschaulichen. Zur Veranschaulichung der Theorie zur „Selbsterziehung“ führt Seif darum das Beispiel eines 32jährigen Lehrers an, der unter Müdigkeit, reizbarer Verstimmung, Schlaflosigkeit und

Unlust am Lehrerberuf leidet. Besonders unangenehm sind ihm die Begegnungen mit seinem Vorgesetzten.

Der Lehrer hatte die Individualpsychologie in Kursen, in der Erziehungsberatung und aus einschlägiger Lektüre selber kennengelernt, was ihn zur „Selbsterforschung“ (Seif) anregte. So stellte er selbstkritisch fest, dass ihm zeitweise nicht nur die Begegnungen mit seinem Vorgesetzten, sondern mit allen Menschen lästig waren: „Relativ froh fühlte er sich nur mit seinem Kinde, seinem Hund in der Natur und wenn er mit sich selbst allein sein konnte. Seine körperlichen Beschwerden, besonders die Müdigkeit, konnten also nicht die Ursache seiner seelischen und sozialen Schwierigkeiten sein, sonst hätte er sie bei seinem Kind und den langen Spaziergängen in der Natur auch spüren müssen, was aber nicht der Fall war. Also waren es wohl seelische Ursachen, die auch hinter seiner Müdigkeit und Schlaflosigkeit steckten? Aber welche?

Damit hatte er den Weg der Selbsterkenntnis beschränkt“ (Seif 1930, S. 5).

Schrittweise entdeckte er, nach inneren Kämpfen, dass er keinen fremden Willen erträgt, sondern immer das letzte Wort haben musste. Deshalb war er froh, allein zu sein, höchstens mit seinem Hund, weil er dann eben das letzte Wort unbestritten haben konnte.

„Die Wirkung dieser Selbsterkenntnis war eine gewisse Entspannung. Aber nur für kurze Zeit. Die alten Beschwerden meldeten sich wieder. Der erste Schritt der Selbsterforschung forderte den zweiten. Die Frage stellte sich ein, wieso denn gerade seit einem halben Jahre seine Reizbarkeit, Verstimmung, Arbeitsunlust und Müdigkeit zugenommen hatte. Zwar war er doch auch früher schon gelegentlich reizbar gewesen, aber doch nicht in diesem Masse“ (Seif 1930, S. 5).

Diese inneren Selbstgespräche zeigten dem Lehrer den Weg. Er realisierte plötzlich, dass zwei Vorfälle eingetreten waren: Einerseits hatte ihn sein Vorgesetzter wegen der Nichtabgabe einer Arbeit erstmals kritisiert, andererseits hatte ihm seine Frau Vorhaltungen gemacht wegen seiner „Rechthaberei“ und seiner „Neigung, zu scharf über andere zu urteilen“. Das aber hatte ihn ins Herz seiner Eitelkeit getroffen und sein Vertrauen stark erschüttert“ (Seif 1930, S. 6).

Nun wurde ihm mit einem Mal klar, wie ungerechtfertigt sein Misstrauen gegenüber seiner Frau und seinem Vorgesetzten war. Beide hatten mit ihren Hinweisen Recht, und er bzw. seine leichte Kränkbarkeit, seine Neigung, überall „eine Majestätsbeleidigung zu empfinden“, da lag das Problem: „Diese lebendig ‚erlebte Einsicht‘ (Allers) wirkte wie eine Entzauberung. Nicht jene waren seine Schuldner und hatten etwas gut zu machen, sondern er. Zwar meldete sich für einen Augenblick der peinigende Gedanke, er räume ihnen damit einen Triumph ein. Doch nur für einen Augenblick. An dem ‚Irren ist menschlich‘ hatte er eben denselben Anteil wie alle anderen Menschen auch. Seinen Irrtum gutzumachen, hatte nichts zu tun mit einer ‚Selbstwertvernichtung‘, sondern würde helfen, seine Berufs- und Eheaufgabe, aber auch alle übrigen Lebensaufgaben besser und beglückender zu lösen als bisher“ (Seif 1930, S. 6).

Diese inneren Selbstgespräche zeigen den Weg der „Selbsterforschung“, den Weg zur „Selbsterkenntnis“ auf. „Selbsterziehung“ im Sinne der Individualpsychologie bedarf der vorausgehenden „Selbsterforschung“ und „Selbsterkenntnis“. Nur so erwirbt sich der Mensch die Sicherheit, in welche Richtung er sich selber „ziehen“ soll. Unser Lehrer verbesserte sein Verhalten, reagierte weniger kränkbar und realisierte, dass er dazu neigte, aus jeder Mücke einen Elefanten zu machen: „Das wäre wohl kaum möglich geworden ohne seine Kenntnis der Individualpsychologie und den glücklichen Zufall, einen Vortrag anzuhören, der ihn lebhaft an sein eigenes Problem erinnerte“ (Seif 1930, S. 6).

Damit war der Prozess der „Selbsterziehung“ bei diesem Lehrer jedoch noch lange nicht an seinem Ende angelangt. Zuerst fiel ihm auf, dass er eigentlich schon in seiner Kindheit unter

„Unzulänglichkeitsgefühlen“ gelitten hatte. Zwei Szenen kamen ihm in den Sinn. Bei der ersten hatte er mit der Schwester gestritten, „und die Mutter, von der er gewohnt war, verwöhnt zu werden, besonders wenn er krank war und Verdauungsstörungen hatte, wies ihn mit herbem Tadel zurecht, wo er doch sich im Recht glaubte und die Schwester im Unrecht. Gleich darauf kam ihm eine zweite Kinderszene mit derselben Lebhaftigkeit in den Sinn. Der strenge und etwas pedantisch pünktliche Vater hatte ihn zur Mahlzeit gerufen, aber er konnte sich von seinen Spielsachen nicht trennen, worauf er vom Vater eine scharfe Zurechtweisung und Ohrfeige erhielt. In beiden Fällen hatte er sich aufs tiefste verletzt gefühlt. Es war wie eine Katastrophe, die sein Vertrauen zu tiefst erschüttert hatte. Es war wie ein Verrat (Künkel)“ (Seif 1930, S. 7).

Diese beiden Kindheitserinnerungen verhalfen dem Lehrer zu mehr „Selbsterkenntnis“, zur Einsicht, dass er die heutigen Beziehungen noch oft mit Beziehungssituationen aus seiner Kindheit verwechselte, „als ob er immer noch ein Kind“ wäre.

„Und gleichzeitig wurde ihm deutlich, erstens, dass er nicht mehr in der Lage eines Kindes sei, und zweitens, dass weder berechnete noch unberechnete Forderungen und Kritiken eine Vernichtung seines Menschwertes zu bedeuten brauchten. Sein Minderwertigkeitsgefühl erschien ihm als ein begreiflicher, aber nicht verpflichtender Irrtum“ (Seif 1930, S. 7).

Konsequenterweise nahm sich der Lehrer im Sinne tätiger Selbsterziehung vor, im Alltag die Forderungen seiner Umwelt nicht mehr im Vorneherein als Kränkungen oder Majestätsbeleidigungen zu empfinden und abwehrend zu beantworten, sondern genauer hinzuschauen, ob der andere Mensch im Recht war. So gelang es ihm, eine Kritik seines Vorgesetzten als berechtigt und angebracht zu erleben und mit einer Vergrößerung und Beschleunigung seiner eigenen Arbeitsleistung zu beantworten:

„In den nächsten Tagen lieferte er seine Arbeit ab. Und nur ganz selten mehr hatte er kleine Rückfälle, eine Arbeit hinauszuschieben, die sich bald völlig verloren. Er hatte sich durchgerungen zur Freiheit und Selbstverantwortung und unbefangenen Einfügung in Schule, Familie und Gesellschaft. Er hatte den Mut zur Hingebung und Unvollkommenheit (Lazarsfeld) gefunden, der ihn nicht mehr bei Fehlern die Schuld bei den anderen, sondern bei sich selbst suchen liess, mit der Bereitschaft, seinen Fehler zuzugeben und wieder gutzumachen. Nicht nur, dass er seine Verbindlichkeiten nun frei und ohne Widerstreben erfüllte und Kritik freundlich und sachlich hinnahm, er konnte auch gut anerkennen und Rücksicht auf andere nehmen, was seine mitmenschlichen Beziehungen so herzlich gestaltete, wie er es früher sich nicht hätte träumen lassen.

Die Aufgabe seiner Selbsterziehung war damit gelöst. Aber er wusste, dass dies nicht ein Ende, sondern ein Anfang war, dem Leben und allen seinen Belastungsproben standzuhalten (...). ‚Die Grenze seiner seelischen Tragfähigkeit‘ aber schob sich mit jeder neuen Aufgabe ein Stück weiter hinaus“ (Seif 1930, S. 8).

Seine „seelische Tragfähigkeit“, seine intrapsychische Stärke im tagtäglichen Leben zu vergrößern, so könnte die Aufgabe der „Selbsterziehung“ in individualpsychologischer Sicht definiert werden. „Selbsterziehung“, die „eigene Anstrengung, ... die eigene Persönlichkeit durch planmässige Massnahmen zur Entfaltung zu bringen“, könnte weiter so umschrieben werden, dass das Individuum die Bedeutung seiner Biografie, die Wirkungen und Einflüsse der eigenen Kindheit zu erkennen sucht, ihnen ständig Rechnung trägt und so durch eine Verbesserung der Selbsterkenntnis das persönliche Leben, zum Beispiel die beruflichen Beziehungen, verändert und verbessert. Oder anders formuliert: Wenn wir die zwischenmenschlichen Interaktionen, in denen wir leben, so objektiv wie möglich betrachten, erfahren wir viel von dem, wer wir sind und können uns dabei verändern.

Aus heutiger Sicht wirft Seifs Beispiel interessante Fragen auf, vieles wüssten wir gerne genauer. Wie kam der Münchner Individualpsychologe zum Beispiel zu seinen

Informationen? Welche Beziehung hatte Seif zu diesem Lehrer? War das nicht zeitweise doch eine therapeutische Beziehung? Ist so ein bewundernswerter Persönlichkeitsentwicklungsprozess – dieser aktuelle Begriff von Schneewind ist hier zweifellos angebracht – ohne Begleitung einer Fachperson möglich? Seif selber betont die anregende Kraft der individualpsychologischen Theorie und den „glücklichen Zufall, einen Vortrag anzuhören, der ihn (den Lehrer- J. R.) lebhaft an sein eigenes Problem erinnerte“ (Seif 1930, S. 6). Aber reichen diese Voraussetzungen wirklich, um solche Veränderungen auszulösen? Wir sind uns aus heutiger Perspektive im Zeitalter der Professionalisierung gewohnt, intensive therapeutische Prozesse oder eine Lehranalyse als Voraussetzungen für intensive Persönlichkeitsveränderungen vorauszusetzen und haben wohl im Zuge der Zeit gelernt, dem Theoriestudium oder dem „glücklichen Zufall, einen Vortrag anzuhören“ weniger Gewicht für Veränderungsprozesse beizumessen. Könnten im Zeitalter des selbstgesteuerten Lernens theoretische Anstöße zur Selbsterziehung wieder stärker gewichtet werden? Wie sieht das ideale Verhältnis zwischen der Anleitung durch Fachpersonen und dem selbständigen Lernen oder der Selbsterziehung aus? Seif ermuntert uns, solche Fragen wieder vermehrt aufzuwerfen.

3. Selbst- und Fremdermutigung als Voraussetzung für „Selbsterziehung“ bei Jürg Frick (2007)

Die eigene Persönlichkeit durch den Einbezug psychodynamischer Zusammenhänge optimal zur Entfaltung zu bringen war das Ziel von Leonhard Seif (1930). Oder in dessen eigenen Worten: Die „Selbsterziehung“ bedarf der vorausgehenden „Selbsterkenntnis“ (Seif 1930, S. 2).

Frick (2007) geht von einem anderen Konzept der individualpsychologischen Theorie aus, nämlich von der „Kraft der Ermutigung“, damit sich die menschliche Persönlichkeit in ihrer persönlichen Lebensgestaltung optimal entfalten kann. Kennzeichen optimal gelingenden Lebens ist für ihn der „Ermutigungskreislauf“, der „mit der Zeit zum Rezept des mutigen, erfolgreichen Menschen“ (Frick 2007, S. 59) wird und von positiven inneren Dialogen begleitet wird: Diese „sind von Zuversicht geprägt und lauten etwa wie folgt: ‚Ich schaffe das schon, das wird schon gehen, ich werde einen Weg finden, das ist mir bisher auch gelungen, es kann ja nicht allzu viel dabei passieren. Das wird sicher spannend werden‘ ...usw. Eine negative, strenge, kritisierende und abwertende Haltung in der Erziehung führt – zumindest in einem, häufig aber auch mehreren Bereichen – zum sich fortlaufend negativ verstärkenden Entmutigungskreislauf. Nur spätere günstige Umstände, etwa eine stabile und positive Partnerschaft oder eine Psychotherapie vermögen u. U. diese Unglücksspirale zu stoppen oder zu ändern.

Negative innere Dialoge – mit der Zeit auch neurobiologisch verankert – sind tendenziell von Angst und Befürchtungen geprägt und laufen dann häufig wie folgt: *‚Wenn das nur gut geht?! Ich darf auf keinen Fall einen Fehler machen. Ich kann das doch nicht. Hoffentlich blamiere ich mich nicht! Ich halte mich lieber zurück und sage nur etwas, wenn ich sicher bin. Und wenn mich jemand auslacht? Am liebsten würde ich gar nicht hingehen...‘* (Frick 2007, S. 59f.).

Sowohl der Ermutigungs- wie der Entmutigungskreislauf haben ihre biografische Vorgeschichte. Jeder Mensch macht in seinen ersten Lebensjahren – nach Adler die Zeit der „Lebensstilbildung“ - die vielfältigsten Erfahrungen, die im Endeffekt dann zu einer ihm oder ihr meistens nicht so bewussten Vorerwartung dem Menschen und sich selbst gegenüber führen, zu einer eher positiven oder negativ gefärbten Grundmeinung, die dann in besonderen

Lebenssituationen den entsprechenden Kreislauf von Ermutigung oder Entmutigung in Gang setzt.

Waren es bei Seif unsere täglichen zwischenmenschlichen Interaktionen, die uns Anstösse zur „Selbsterkenntnis“ bzw. zur aus ihr ableitbaren „Selbsterziehung“ gaben, sind es bei Frick unsere tagtäglichen „Selbstgespräche“, welche uns das genauere Hinsehen erlauben. Frick spricht nicht von „Selbsterziehung“, sondern von „Wege(n) zur Selbst- und Fremdermutigung“ (Frick 2007, S. 277). Von der Sache her denkt er aber ebenso an eigene Anstrengungen, die eigene Persönlichkeit durch planmässige Massnahmen zur Entfaltung zu bringen, somit an Möglichkeiten der „Selbsterziehung“, wie wir diese bisher definiert haben. Frick spricht von „erstrebenswerte(n) Grundhaltungen und Verhaltensweisen“, die Selbst- und Fremdermutigung ermöglichen: „Diese Grundorientierungen und Handlungsweisen sind nicht absolut zu setzen, keinesfalls als kategorischer oder moralischer Imperativ zu verstehen, sondern dienen als anzustrebende, aber nie vollumfänglich zu erreichende Ideale, ähnlich wie Sterne: Wenn man nach ihnen greift, kann man sie nicht fassen. Aber ebenso wie die Sterne bieten sie uns Orientierung und bleiben als Ziele in unserem Blickfeld“ (Frick 2007, S. 278): Solche Ziel- und Orientierungspunkte können zum Beispiel sein:

- Interesse für andere
- Selbstrelativierung und der Blick nach aussen
- Ein positives Menschenbild pflegen
- Empathie
- Hilfsbereitschaft und Grosszügigkeit
- Geduld
- Der freundliche Blick
- Das Gute erkennen, wertschätzen und würdigen
- Versuche und Fortschritte anerkennen
- Die Sprache der Ermutigung
- Den inneren Dialog bewusst gestalten: Positive Selbstgespräche
- Humor
- Positives Selbstmanagement I: Mit sich selber freundlich umgehen
- Angemessene Ideale pflegen
- Von allem lernen und Nutzen ziehen
- Kooperation und Freundschaft
- Positives Selbstmanagement II: Wohlwollende Beobachter und Begleiter
- Eine ermutigende Person von früher
- Mit ermutigenden Personen Kontakte pflegen
- Ermutigende Lebensgebote oder Mottos
- Übung „positive Qualitäten“
- Ermutigung in der Partnerschaft
- Zum Schluss: Tun, üben und experimentieren!

Alle diese Orientierungspunkte werden jeweils erläutert und mit einem theoretischen Hintergrund abgestützt, der weit über die Individualpsychologie hinausreicht. Philosophische Literatur von Russell bis Montaigne wird von Frick ebenso beigezogen wie evolutionsbiologische, entwicklungspsychologische oder psychotherapeutische Fachliteratur. Die letzte Empfehlung „Tun, üben und experimentieren“ veranschaulicht Fricks Überzeugung, dass für Aenderungsprozesse, für neue Denkgewohnheiten, Gefühle oder Verhaltensweisen – wir könnten auch „Selbsterziehung“ hinzufügen - tätige Schritte des Übens notwendig sind: „Die Welt und das eigene persönliche Leben kann nur verändern, wer selbst etwas dazu beiträgt. Auch im dichtesten Nebel kann man ein paar Schritte weitergehen“ (Frick 2007, S. 317). Mit Kästner gesprochen: „Es gibt nichts Gutes, ausser: Man tut es.“

Oder mit Goethe: „Es ist nicht genug zu wissen, man muss es auch anwenden. Es ist nicht genug zu wollen, man muss es auch tun.“

Indem Frick so einen Hauptakzent auf den Veränderungs- und Verbesserungsmöglichkeiten im Hier und Jetzt setzt, fügt er der psychodynamischen Perspektive Seifs den Möglichkeitsraum der Gegenwart hinzu: Die psychodynamische Orientierung mit ihrer Suche nach lebensstil- und biografisch bedingten Beschränkungen und Einschränkungen wird dann wesentlich – und ihr Einbezug nötig –, wenn der Entmutigungskreislauf mit möglichen Folgen wie „Selbstzweifel“, „Pessimismus“, „Selbstvorwürfen“ und „Aengsten“ (vgl. Frick 2007, S. 75) hemmend zu wirken beginnt. Dann wird die Fragestellung zentral, wie die individuelle subjektive Wahrnehmung entstanden ist bzw. ob und wie sie zu verändern ist. Sind keine Entmutigungskreislaufwirkungen feststellbar, macht es für das Individuum Sinn, seine Kräfte im Sinne der „Selbsterziehung“ für die tätige Verbesserung seiner Lebenssituation im Hier und Jetzt einzusetzen. So wird die psychodynamische Perspektive keine theoriegeleitete Brille, welche ihren Träger zwingt, prinzipiell in die Vergangenheit zurückzublicken, sondern sie wird situativ dann hilfreich eingesetzt, wenn Vergangenheit und ungünstige Kindheitserlebnisse bzw. deren Verarbeitung die optimale Bewältigung heutiger Lebensaufgaben behindern oder sogar verhindern.

Ausgangspunkt dieser Anleitung zur „Selbsterziehung“ ist der individualpsychologische Ansatz der „Ermutigung“, welcher integrativ ergänzt wird durch Beiträge u.a. aus Neopsychoanalyse, Bindungsforschung, systemischer, lösungsorientierter und kognitiver Therapie, ressourcenorientierten und personenzentrierten Ansätzen (vgl. Frick 2007, S. 20). Ziel der persönlichen Lebensgestaltung und Kennzeichen optimal gelingenden Lebens ist das Ingangsetzen des „Ermutigungskreislaufs“, der von positiven inneren Dialogen begleitet wird. Selbst- und Fremdermutigung und ein freundschaftlich-positiv-optimistisches Verhältnis zu sich selber und den eigenen Möglichkeiten sind bei Frick Voraussetzungen für Prozesse sinnvoller „Selbsterziehung“, damit diese in Gang kommen und trotz ev. Misserfolge in Gang bleiben. Hansrudolf Stucki drückt dieses stete am Ball-Bleiben, ohne sich entmutigen zu lassen, dichterisch aus und stellt so einen Zusammenhang zwischen „Selbsterziehung“ und Glück her, wenn er schreibt:

„Ein Narr ist, wen es kränkt,
was der andere von ihm denkt.
Über Niederlagen lachen
Und die Arbeit weiter machen,
ist das allerschwerste Stück,
Wer's nicht lernt, der hat kein Glück.“

4. Zum spezifischen Beitrag der Individualpsychologie für die persönliche Weiterbildung von Erzieherinnen und Erziehern, für deren „Selbsterziehung“, dargestellt am Beispiel der Beiträge von Seif (1930) und Frick (2007)

Bisher ging es in einem allgemeinen Sinne um Möglichkeiten menschlicher Selbsterziehung, ohne dass berufsspezifische Überlegungen präzisierend dazugekommen wären. Im 4. Kapitel sollen solche berufsspezifischen Akzentuierungen hinzugefügt werden, weil jeder Beruf wieder eigene Möglichkeiten – oder Notwendigkeiten für Selbsterziehung eröffnet. Für die pädagogischen Berufe hat sich die Individualpsychologie seit ihren Anfängen interessiert (vgl. Rüedi 1992, S. 19ff.). Darum ist ein Blick auf den spezifischen Beitrag der Individualpsychologie für die Selbsterziehung der pädagogischen Profession besonders fruchtbar, gerade auch wenn man die Schwierigkeiten von Erziehung heute bedenkt. Dass Erziehen heute schwierig geworden ist, pfeifen die Spatzen von den Dächern. Sendungen wie

die „Super Nanny“ sind bei RTL ein Quotenrenner und werden von bis zu 5,6 Millionen Zuschauerinnen und Zuschauern eingeschaltet: „Die Sendung trifft einen Nerv, weil sie viele Eltern an alltäglichen Familiendramen teilhaben lässt, die private Hilflosigkeit von Eltern erstmals öffentlich macht. Dass viele Eltern im Umgang mit ihren Kindern verunsichert sind, ist auch daran abzulesen, dass sich in den letzten zehn Jahren die Zahl der abgeschlossenen Beratungen in den Erziehungsberatungsstellen nahezu verdoppelt hat“ (Fuhrer 2007, S. 9). Erziehungsberatung entspricht darum einem nachgewiesenen Bedürfnis, dementsprechend gross ist das Angebot an Elternbildungsangeboten (vgl. Tschöpe-Scheffler 2006). Dass die Individualpsychologie in der Tradition Alfred Adlers in diesem Bereich einen wertvollen Beitrag anzubieten hat, zeigt zum Beispiel das Elterntraining STEP bzw. dessen wissenschaftliche Evaluation (vgl. Hurrelmann/ Kluwe/ Marzinzik 2007). Auch die Lektüre des Kapitels „Erziehungsfehler“ des Magdeburger Universitätsprofessors Urs Fuhrer (2007, S.159 ff.) zeigt die Aktualität der individualpsychologischen Pädagogik (vgl. Rüedi 1992) auf, erwähnt doch Fuhrer als „Erziehungsfehler“ genau diejenigen Erziehungsstile, die Adler schon vor 80 Jahren kritisierte, nämlich „Verwöhnung“, „Vernachlässigung“ und „körperliche Misshandlung“. Als Ziel empfiehlt Fuhrer (2007, S. 176ff.) die „gewaltfreie Erziehung“, eine Erziehungsrichtung, die Adler schon im Aufsatz „Zur Erziehung der Eltern“ (1914a/1973c) vor über 90 Jahren empfahl, als er schrieb, man beginne „sich loszulösen vom Wunderglauben an den Stock, von der Fabel, dass die Strafe im Kinderleben die Sittlichkeit stärke“ (Adler 1914/1973, S. 221).

Es würde an dieser Stelle zu weit führen, den ganzen Beitrag der Individualpsychologie für die Elternbildung darzustellen. Stattdessen soll abschliessend die Bedeutung der „Selbsterziehung“ für die persönliche Weiterbildung von Erzieherinnen und Erziehern dargestellt und mit der Hilfe der bereits erwähnten Beiträge von Seif (1930) und Frick (2007) behandelt werden.

4.1 Anstösse für die persönliche Weiterbildung von Erzieherinnen und Erziehern, für deren „Selbsterziehung“ bei Seif (1930)

Als Individualpsychologe weist Leonhard Seif der „Selbsterziehung“ des Menschen, seinen Bemühungen, im Erwachsenenalter persönlich weiter zu lernen, seine Persönlichkeit zur Entfaltung zu bringen, einen grossen Stellenwert bei. „Selbsterziehung“ gelingt aber nur auf dem Boden der „Selbsterkenntnis“ (vgl. Kapitel 2.1.2). Erfolgreiche Selbsterkenntnis ebnet den Weg für die optimale Gestaltung der pädagogischen Interaktionen, damit diese nicht durch eigene biografische Erlebnisse bzw. Einengungen, Wiederholungszwänge oder subjektiv verzerrte Wahrnehmungen fehlgeleitet werden. Um solchen Fehlleitungen entgegenzusteuern, empfiehlt Seif die genaue Selbstbeobachtung der eigenen pädagogischen Interaktionen: Wo zeigen sich Störungen des Wohlbefindens, Ärger, Wut oder Aggressionen? Pädagogische Situationen stellen oft grosse emotionale Anforderungen an die Erwachsenen, die Kinder fordern diese heraus, reizen diese. Dann stellt sich die spannende Frage, welche biografischen, lebensstilbedingten Hintergründe eventuell heftigen Emotionen der Erwachsenen zugrunde liegen könnten? Lassen sich Zusammenhänge zur eigenen Kindheit herstellen, wie dies dem 32jährigen Lehrer im Kapitel 2.1.3 gelungen ist? Was trage *ich* in die heutige Situation hinein, mit *meinem* Rucksack aus der Kindheit? Die Forschung zeigt, dass Eltern oft zwei Gefahren erliegen, die mit ihrer eigenen Biografie zu tun haben: Entweder erziehen sie vorwiegend so, wie sie selber erzogen worden sind, oder sie erstreben gerade das Gegenteil, um sich abzugrenzen. Dazu meint Tschöpe-Schöffler (2006, S. 287): „Beides allerdings entspricht keiner situations- oder kindbezogenen Erziehungshaltung, sondern ist ein Verhalten, das durch Abhängigkeit oder Trotz bzw. Abgrenzung von den eigenen Eltern geprägt ist. Durch Anstrengung und Anleitung können die (oftmals auch leidvollen)

Erfahrungen von Erziehung durch die eigenen Eltern auf eine neue Stufe der Reflexion und Selbsterfahrung gestellt werden. Eltern, die bei sich selbst und den eigenen biographischen Mustern beginnen, erlangen mehr Verständnis für sich, systemische Zusammenhänge und ihre Kinder“.

Auf diesem Weg von der „Selbsterkenntnis“ zur „Selbsterziehung“ kann der Beitrag von Leonhard Seif (1930) wichtige Anregungen und Anleitungen geben.

4.2 Anstöße für die persönliche Weiterbildung von Erzieherinnen und Erziehern, für deren „Selbsterziehung“ bei Frick (2007)

Frick verwendet im Gegensatz zu Seif den Begriff der „Selbsterziehung“ des Menschen nicht explizit, geht aber ebenfalls von der Überzeugung aus, dass Lernen und Sich-weiter-Entwickeln im Leben sowie die Überwindung von Schwierigkeiten, Klippen und Hindernissen immer möglich sind, wenn gewisse Voraussetzungen erfüllt sind. Diesen inneren, subjektiven und auch äusseren Voraussetzungen, zum Beispiel menschlicher Unterstützung in Partnerschaft und Freundschaft, widmet er weite Teile seines Buches, um in den Kapiteln 7, 8 und 9 anschaulich „Anwendungsfelder“ und „Wege der Selbst- und Fremdermutigung“ aufzuzeigen. Das ganze Kapitel 7 ist „Anwendungsfeldern und Möglichkeiten der Ermutigung in der Schule“ gewidmet. So wird Fricks Buch von der Sache her durchaus zu einer Ermutigung, zu einer Anleitung zur „Selbsterziehung“, auch wenn dieser klassische Begriff aus der Individualpsychologie nicht wörtlich auftaucht. Frick, der u.a. als Berater an der Pädagogischen Hochschule Zürich arbeitet, würde Seifs Position, dass „Selbsterziehung“ nur auf dem Boden der „Selbsterkenntnis“ (vgl. Kapitel 2.1.2) gelingt, dass erfolgreiche Selbsterkenntnis den Weg für die optimale Gestaltung der pädagogischen Interaktionen ebnet, durchaus zustimmen. Seif (1930) und Frick (2007) finden sich somit im Erkennen der Notwendigkeit der psychodynamisch-individualpsychologischen Sichtweise, deren Einbezug für das Weiterkommen in gewissen Situationen unentbehrlich ist. Weit über Seif hinaus geht Frick (2007), der seinem Buch den Untertitel „Grundlagen und Beispiele zur Hilfe und Selbsthilfe“ hinzufügt, natürlich mit seiner ausführlichen Darstellung der „erstrebenswerte(n) Grundhaltungen und Verhaltensweisen“, die Selbst- und Fremdermutigung ermöglichen: Indem er so ein Hauptgewicht auf die Veränderungs- und Verbesserungsmöglichkeiten im Hier und Jetzt und in der nächsten Zukunft legt, fügt er der psychodynamischen Perspektive Seifs den Möglichkeitsraum der Gegenwart und der nächsten Zukunft hinzu, den zu nutzen er uns – zum Beispiel im pädagogischen Alltag – aufruft: “Wer sich selbst wie anderen Menschen anders, besser, neu begegnen möchte, kommt nicht darum herum, neue Denkgewohnheiten, Gefühle und Verhaltensweisen unentwegt zu üben. (.....) In diesem Kapitel (wie auch in verschiedenen anderen Teilen des vorliegenden Buches) wurden vielfältige Vorschläge und Ideen dargestellt, die nun die Möglichkeit bieten, selbst – am besten in kleinen Schritten – Anregungen in die eigene Lebensrealität umzusetzen. Hier gilt das Sprichwort ... : Eine Reise über tausend Kilometer beginnt mit nur einem einzigen Schritt. Wer sich und anderen Menschen mit einer ermutigenden, bejahenden Haltung begegnen will, braucht viel Geduld und Übung: wie ein kleines Kind, das unentwegt versucht, seine ersten Schritte zu machen und unzählige Male erneut hinfällt! Es ist immer wieder staunens- und bewundernswert, mit welcher fast unerschütterlichem Einsatz Kinder dann von neuem aufstehen, einige Schritte gehen, hinfallen, weinen, wieder probieren.... . Diese Ausdauer sollten wir uns zu eigen machen“ (Frick 2007, S. 317).

Die psychodynamische Orientierung mit ihrer Suche nach lebensstil- und biografisch bedingten Beschränkungen und Einschränkungen wird für Frick dann zum Beispiel nötig, wenn Ausdauer und Hartnäckigkeit allein eben keinen persönlichen Fortschritt bringen,

sondern in Teufelskreisläufen enden, wie sie unter Umständen nur in Beratungs- oder Therapieprozessen und/oder in eindringlichen Selbsterforschungsprozessen erkannt und unterbrochen werden können. Dann wird das erhellende Licht der psychodynamischen Perspektive nötig, das Verwechslungen, Projektionen, allgemein gesagt die Wirkung unbewusster Erlebnisse in Kindheit und Jugend, als solche entlarvt. So finden sich Frick und Seif in der Wertschätzung der individualpsychologisch-psychodynamischen Perspektive, welche dem Menschen mit seinen lebensstilbedingten Festlegungen und unbewussten Wiederholungstendenzen zu bedenken gibt: Du kannst nichts dafür, aber Du bist die/der Einzige, die/der etwas dagegen tun kann.

Darüber hinaus wirft der vorliegende Beitrag zahlreiche Fragen auf, die des genaueren Nachdenkens würdig wären.

Könnten zum Beispiel im Zeitalter des selbstgesteuerten Lernens theoretische Anstösse zur Selbsterziehung wieder stärker gewichtet werden? Gäbe es Verbindungen zwischen individualpsychologischen Konzepten und dem weiten Feld, das die moderne erziehungswissenschaftliche Forschung mit dem Begriff „Lernstrategien“ (vgl. Rüedi 2008) anspricht?

Würde es weiter Sinn machen, in der Erwachsenenbildung zum Beispiel vermehrt – ganz im Sinne Seifs – theoretische Inhalte zur Selbsterziehung zu behandeln, die dann im Alltag oder in Gruppen vertieft werden könnten? Wären dies nicht sinnvolle präventive Ergänzungen in einer Zeit, in der der Griff zu Medikamenten oder Pillen – man denke an Ritalin für Erwachsene – wieder leichter fällt?

Diese Fragen bleiben unbeantwortet im Raum stehen, eine Feststellung drängt sich aber abschliessend auf: Allein diese von der Gegenwart ausgehenden Fragen zeigen, wie aktuell und anregend das individualpsychologische Konzept der „Selbsterziehung“ ist.

Literatur:

Adler, A. (1914a/1973c): „Zur Erziehung der Eltern“, publiziert in Adler, A./ Furtmüller, C. (1914) (Hrsg.): Heilen und Bilden. München: Reinhardt-Verlag. Reprint 1973 im Fischer-Verlag Frankfurt, S. 219-232.

Ahrbeck, B. (2004): Kinder brauchen Erziehung. Die vergessene pädagogische Verantwortung. Stuttgart: Kohlhammer.

Ansbacher, H. L. (1985): Stichwort Lebensstil. In: Brunner, R./ Kausen, R. / Titze, M. (Hrsg.): Wörterbuch der Individualpsychologie. München: Reinhardt, S. 253-262.

Frick, J. (2007): Die Kraft der Ermutigung. Bern: Huber-Verlag.

Fuhrer, U. (2007): Erziehungskompetenz. Was Eltern und Familien stark macht. Bern: Huber-Verlag.

Hurrelmann, K. // Kluwe, S. / Marzinik, K. (2007): Evaluation des STEP-Elterntrainings. Abschlussbericht der wissenschaftlichen Begleitforschung für den Zeitraum März 2005 bis Dezember 2006. Bielefeld.

König, K. (1994): Selbstanalyse. Hinweise und Hilfen. Göttingen: Vandenhoeck-Ruprecht.

Lehmkuhl, G. und U. (1993): Charakterbildung und Selbsterziehung. Zur Bedeutung der Selbstanalyse bei Freud und Adler. In: Zeitschrift für Individualpsychologie. 18. Jg., S. 179-195.

Rüedi, J. (1992): Zur Bedeutung der Individualpsychologie Alfred Adlers für die Pädagogik. Bern: Haupt.

Rüedi, J. (2008): „Bin am Text Lesen und Fragen Beantworten, lasse mich sehr schnell ablenken...“ Lernstrategien im Lichte fallrekonstruktiver Forschung. In: Maier, Ch./Wrana, D. (Hrsg.): Autonomie und Struktur in Selbstlernarchitekturen. Beiträge der Schweizer Bildungsforschung, Band 1. Opladen: Budrich UniPress Ltd., S. 171-202.

Schneewind, K. (2005): Persönlichkeitsentwicklung: Einflüsse von Umweltfaktoren. In: Weber, H./ Rammsayer, Th. (Hrsg.): Handbuch der Persönlichkeitspsychologie und Differentiellen Psychologie. Göttingen: Hogrefe, S.39-49.

Seif, L. (1930): Zum Problem der Selbsterkenntnis und Selbsterziehung. In: Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie, 8. Jg. 1930, S. 1-8.

Stucki, HR. (2007): Persönliche Mitteilung zum Jahreswechsel, Zürich, Dezember 2007.

Tschöpe-Scheffler, S. (2006) : Konzepte der Elternbildung – eine kritische Uebersicht. In: Tschöpe-Scheffler, S. (Hrsg.): Konzepte der Elternbildung – eine kritische Uebersicht. Opladen: Budrich-Verlag, S. 275-334.

Korrespondenzadresse: Prof. Dr. Jürg Rüedi, Pädagogische Hochschule der Fachhochschule Nordwestschweiz, Kasernenstrasse 31, CH – 4410 Liestal;
E-mail: juerg.ruedi@fhnw.ch

Autor:

Jürg Rüedi, Prof. Dr. phil., Dozent für Erziehungswissenschaft an der Pädagogischen Hochschule der Fachhochschule Nordwestschweiz in Liestal. Weiterbildung in individualpsychologischer Beratung und Psychotherapie in Zürich. Lehranalytiker und Präsident (2007-2009) der Schweizerischen Gesellschaft für Individualpsychologie.