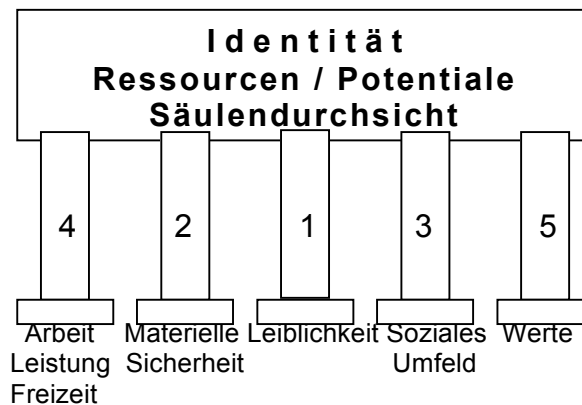


## Die 5 Säulen der Identität (nach Hilarion Petzold)



### Wichtiges Analyseinstrument für die Trauerbegleitung:

Welche Säulen sind angegriffen oder beschädigt oder existieren nicht mehr – welche Säulen waren noch gar nie entwickelt?

### Wichtiges Instrument zum Stützen und Aufbauen von Ressourcen:

Welche Säulen nutze ich als Ressourcen und wie, wo kann ich weitere Ressourcen erschliessen, die mich nähren und meine Identität stärken?

Die Identitätssäulen dienen zur **Diagnose und Intervention**. Wir müssen **bestehende Säulen stützen und wegbrechende Säulen aufbauen**.

## Erklärung zu den 5 Säulen der Identität

Für die Integrative Therapie hat Petzold das Identitätskonzept der 5 Säulen entwickelt. Danach ist Identität die **Gesamtheit der Vorstellungen eines Menschen über sich selbst**.

Sie entwickelt und verändert sich im Lebensverlauf (Identitätsentwicklung, Identitätskrisen). Dabei werden ständig Informationen aus dem Leib-Selbst (Identifikation = "Wie sehe ich mich selbst?") und der Umwelt (Identifizierung= "Wie werde ich von meinen Mitmenschen gesehen?") bewertet und übernommen oder zurückgewiesen.

Die Identität ist daher einerseits ein zeitlich überdauerndes Konzept, das sich andererseits aber lebenslang in Entwicklung und Veränderung befindet.

Es werden 5 Identitätsbereiche (Säulen der Identität) unterschieden:

### 1. Leiblichkeit

In diesen Bereich gehört alles, was mit dem Leib zu tun hat, seiner Gesundheit, seinem Kranksein, seiner Leistungsfähigkeit, seinem Aussehen, mit der Art und Weise, wie sich der Mensch mag oder "in seiner Haut" wohl oder eben auch unwohl fühlt. Auch wie der Mensch von anderen in seiner Leiblichkeit wahrgenommen wird, ob sie ihn oder sie anziehend finden oder ablehnen, schön finden oder hässlich, als gesund und vital oder als krank und gebrechlich erleben.

## **2. Materielle Sicherheit und ökologisches Eingebundensein**

Die Identität wird weiterhin beeinflusst von den materiellen Sicherheiten, dem Einkommen, den Dingen, die jemand besitzt, der Wohnung oder dem Haus, aber auch dem ökologischen Raum, dem er oder sie sich zugehörig fühlt, dem Stadtteil in dem er oder sie sich beheimatet fühlt oder wo er oder sie fremd ist. Fehlende materielle Sicherheiten belasten das Identitätserleben schwer.

## **3. Das soziale Umfeld**

Weiterhin wird die Persönlichkeit und Identität nachhaltig bestimmt von den sozialen Beziehungen, dem sozialen Netzwerk, also den Menschen, die für jemanden wichtig sind, mit denen er oder sie zusammen lebt und arbeitet, auf die er oder sie sich verlassen kann und denen er oder sie etwas bedeutet. Aber es gehören auch Leute zum sozialen Netzwerk, die ihm oder ihr nicht wohlgesonnen sind, feindselig gegenüberstehen oder auch schaden.

## **4. Arbeit, Leistung, Freizeitaktivitäten**

Ein weiterer Bereich der Identität kann unter die Überschrift "Arbeit, Leistung, Freizeit" gestellt werden. Arbeitsleistungen, Arbeitszufriedenheit, Erfolgserlebnisse, Freude an der eigenen Leistung, aber auch entfremdete Arbeit, Arbeitsüberlastung, überfordernde sowie erfüllte oder fehlende Leistungsansprüche bestimmen die Identität nachhaltig.

## **5. Werte**

Der fünfte und letzte Bereich, der Persönlichkeit und Identität trägt, sind die persönlichen Werte und Normen. Das, was jemand für richtig hält, von dem er oder sie überzeugt ist, wofür er oder sie eintritt und von dem er oder sie glaubt, dass es auch für andere Menschen wichtig sei. Das können religiöse oder politische Überzeugungen sein, die "persönliche Lebensphilosophie", wichtige Grundprinzipien.

Zur Identitätskrise kann es kommen, wenn eine oder mehrere Säulen "wegbrechen" oder sich plötzlich stark verändern und die anderen Säulen die Identität nicht ausreichend stabilisieren können.

---

Zusammengestellt von Antoinette Brem, [www.lebensgrund.ch](http://www.lebensgrund.ch)