



Akademie für
GestaltSystemisches Arbeiten

DIE 5 STÜTZEN MEINER IDENTITÄT

Was Identität und das Modell „Die 5 Stützen der Identität“ möglicherweise mit dir und den Menschen, mit denen du arbeitest zu tun hat, erfährst du hier.

IDENTITÄT

Die Identität eines Menschen verändert und entwickelt sich im Verlauf eines Lebens.

Dabei werden immer wieder Informationen, die ich über mich selbst habe (Selbstbild) mit Informationen, die ich aus meiner Umwelt bekomme (Fremdbild) von mir bewertet, eventuell übernommen und verarbeitet. Dadurch entwickelt sich meine Identität weiter.

Selbsterkenntnis (Selbstwahrnehmung, Wahrnehmung von relevanten Umwelten, Reflexionsfähigkeit) und Selbstbewusstsein sind also die zentralen Prozesse in der Identitätsentwicklung.

Die Identität entsteht durch positive und negative Erfahrungen und deren Reflexion und Integration. Dies geschieht in der Adoleszenz und darüber hinaus, wenn sich der Mensch bewusst damit befasst.

„Die 5 Stützen der Identität“, angelehnt an das Modell „Die 5 Säulen der Identität“ von Hilarion Petzold und Hilde Heindl, ist ein konzeptuelles Modell, das darauf abzielt, ein tiefes Verständnis für die individuelle Identität zu schaffen.

Das Modell hilft uns auch schnell einen Überblick über die Lebenssituation eines Menschen zu erhalten (z.B. meine:n Kund:innen in der Supervision, meine:n jugendliche:n Klient:innen in der sozialpädagogischen Arbeit, mein:e Patient:innen, Bewohner:innen, Betreute in der Arbeit im MOHI oder im Alters- und Pflegeheim oder in der Beratung, mein:e Mitarbeiter:in die gerade eine Krise hat und Gespräche mit mir als Leiter:in/ Personalmanagement sucht, ...).

Wir können das Modell auch als Reflexionsmodell für uns selbst verwenden (Selbstcoaching), in der Nacharbeit einer Beratungsstunde oder in der Vorbereitung auf ein Gespräch. Wir können uns in der Vorbereitungsphase schon Gedanken zu den einzelnen Bereichen machen und ev. Hypothesen bilden, die wir dann im Gespräch überprüfen, ergänzen, verwerfen und dadurch neue Informationen über die aktuelle Situation meines Gegenübers bekomme.

„Die 5 Stützen meiner Identität“ sind ganzheitlich und ressourcenorientiert angelegt.

In der direkten Arbeit mit anderen Menschen können wir dieses Modell mit unterschiedlichsten kreativen Medien einsetzen: angefangen von Bildkarten, Symbolarbeit, Zeichnungen, Gemaltes, Ton, Knete, ...

Das sind die Themen der "5 Stützen meiner Identität" nach H. Petzold:

- SOZIALES NETZ
- ARBEIT/LEISTUNG
- MATERIELLE SICHERHEIT
- KÖRPER/LEIB
- SINN/WERTE/SPIRITUALITÄT

Zunächst wird also in der Arbeit mit meinem Gegenüber gemeinsam eine Diagnose über die aktuelle Lebenssituation erarbeitet. Dies zeigt auf wo mein Gegenüber im Leben gerade steht. Es ist notwendig, danach noch weiterzuarbeiten, beispielsweise: Wo sind offene Gestalten (Gestaltpädagogik)? Wo benötigt es Veränderung und wie kann diese bewirkt werden? Bei dieser Arbeit werden auch die persönlichen Ressourcen der zu beratenden/begleitenden Person aufgezeigt und überlegt, wie diese für die zu bearbeitenden Themen genutzt werden können?

Wichtig ist es auch darauf zu schauen, was so bleiben soll wie es ist. „Wenn jemand in seinem Leben etwas verändern möchte, ist es wichtig zunächst auf das zu schauen, was genauso bleiben soll, wie es ist.“ (Steve de Shazer)

INFORMATIONEN

Akademie für GestaltSystemisches Arbeiten

Mag.^a Margit Kühne-Eisendle

+43 664 264 5601 | mke@gestaltssystemisch.at

www.gestaltssystemisch.at