

# Das Selbst in Psychologie und Psychoanalyse. Ein Überblick

The Self in Psychology und Psychoanalysis. An Overview

Christian Arnezeder

Themenschwerpunkt Selbstwirksamkeit und Förderung ...

## Zusammenfassung

Das Verständnis des Selbst in der Psychologie und in der Psychoanalyse unterscheidet sich. In der psychologischen Theorie und deren empirischer Überprüfung findet sich ein Konzept des Selbst, welches über einen Rückbezug verschiedener Prozesse auf die eigene Person kaum hinausgeht. Aus der Befürchtung einer Verdinglichung von nicht substantiell feststellbaren psychischen Vorgängen ergibt sich eine Dekonstruktion des Selbstbegriffes, welche eine positive Fassung des Selbst offenbar nicht mehr zulässt. Dagegen bemüht sich die Psychoanalyse – nicht unähnlich der Soziologie – um ein Selbst, das Erfahrungen des Alltags erklären helfen kann. Die Situation einer Forschung um das Selbst verlangt wegen der Theoriedefizite nach weiteren Entwicklungen des Konzeptes.

## Abstract

The understanding of the self in psychology and psychoanalysis differs. In psychological theory and its empirical examination there is a concept of the self which hardly goes beyond referring different processes back to oneself. The fear of reification of psychological processes that cannot be substantiated results in a deconstruction of the self-concept, which obviously no longer permits a positive version of the self. In contrast, psychoanalysis aims for – not unlike sociology – a self that can help explain everyday experiences. The situation of a research on the self calls for further developments of the concept because of theoretical deficits.

## 1. Einleitung

In der Alltagssprache fällt es uns leicht, über uns selber zu sprechen. Das Personalpronomen „ich“ macht es uns in der Alltagssprache möglich, etwas über uns selbst in lebensweltlichen Bezügen auszusagen und das zu vermitteln. „Ich gehe“ etwa drückt wohl unverkennbar aus, wer und was gemeint sind. In der Sprache der wissenschaftlichen Theorie sieht es anders aus. Das Ich wird eher selten verwendet, so vor allem noch in der „Ich-Psychologie“ der Psychoanalyse. Weitaus häufiger findet der Begriff des Selbst Verwendung, auch in der Philosophie, der Theologie und der Soziologie, in der Psychologie und in der lebensweltlichen Alltagssprache vor allem in der Form von Wortkombinationen, etwa Selbstwert, Selbstbewusstsein, Selbstachtung, Selbstwirksamkeit, Selbstfindung, Selbstoptimierung oder in der Selbstpsychologie, einem weiteren Zweig der Psychoanalyse.

Die Geschichte der Verwendung eines Begriffes des Selbst dauert auch bereits lang. Schon in der griechischen Antike verlangte eine der drei delphischen Inschriften am Apollotempel: Erkenne dich selbst! Bis in heutige Tage reicht dann seitdem der Anspruch, etwas über sich zu erfahren, besonders wenn Daten über sich im Self-Tracking digital erhoben, ausgewertet und miteinander verglichen werden (Jacob, Moszeik & Renner, 2017). Die so gewonnenen Daten von und über sich machen neugierig und sind Ausgaben und Anstrengungen wert.

Was bezeichnet dieser Begriff des Selbst nun? Gibt es denn eine Essenz des Selbst? Was ist eine brauchbare Bezeichnung für die verursachende und empfangende Einheit eines Menschen? Denn zumindest im Deutschen ist das Selbst ein Kunstwort der Übersetzung des englischen „Self“, das als Substantiv aus der deutschen Alltagssprache heraus ursprünglich keine Bedeutung mitführt.