

TITEL

SERIE: MEIN BESSERES LEBEN

WIE BIN ICH WIRKLICH?

Diese Kunst wird von jedem gefordert:
Dass er ein Bild von sich entwirft und es der Welt zeigt.
Ein modernes Abenteuer zwischen Anpassung
und Individualität. Sei ganz du selbst – aber bloß nicht
anders als die anderen

Text

Christian Schüle

Bilder

Sarah Lucas Ernst Ludwig Kirchner

Robert Mapplethorpe Gustave Courbet Maria Lassnig Wanda Wulz

Francis Bacon Joan Miró Chuck Close

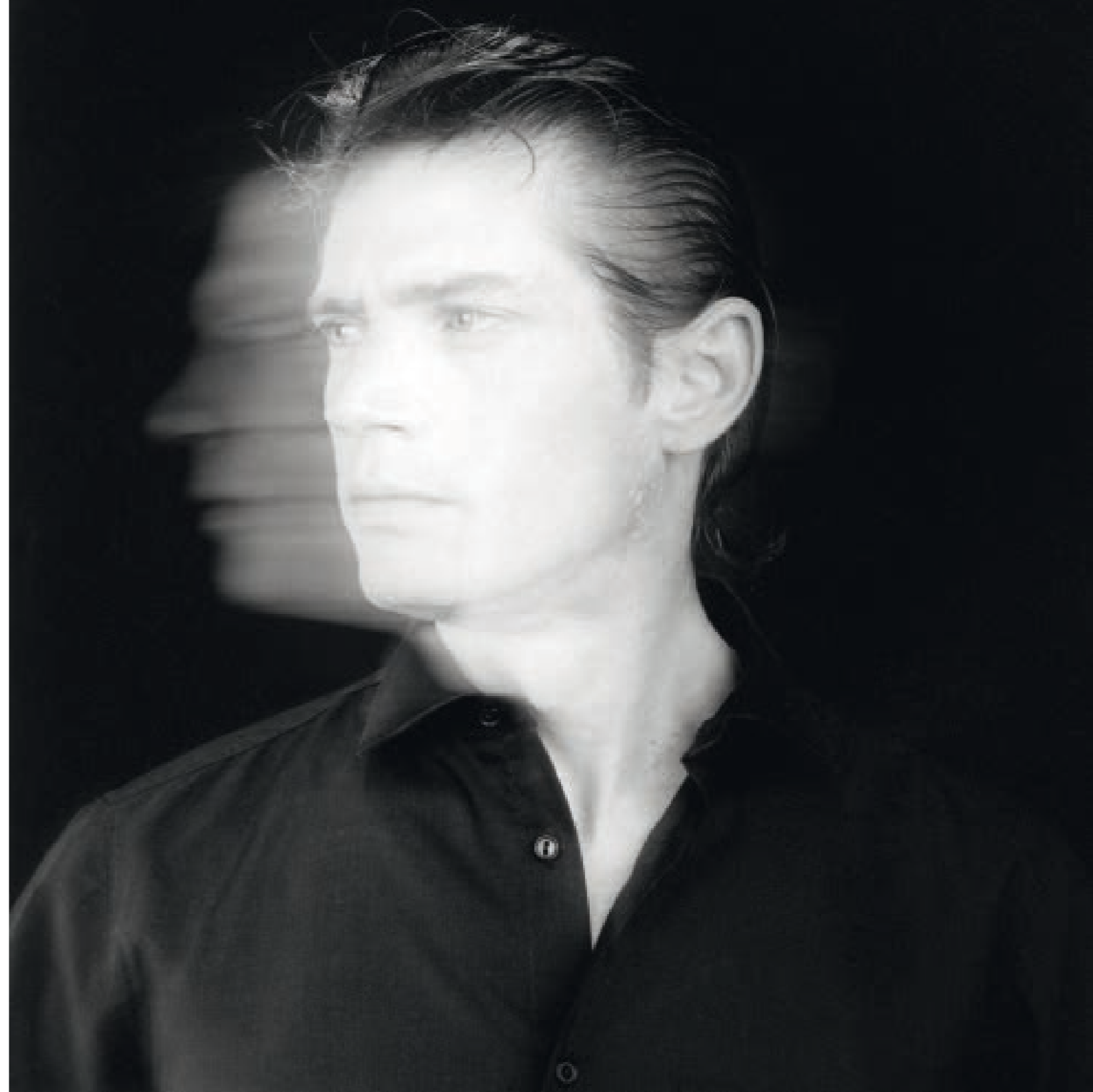
Sarah Lucas, Self Portrait with Fried Eggs 1996, c-print, 152,4 x 121,9 cm, Copyright: The Artist, Courtesy Sadie Coles HQ, London and CFA, Berlin

INDIVIDUALITÄT: ICH PFEIFE AUF EURE MEINUNG!





AKG Images: Self Portrait, 1985 Copyright: The Robert Mapplethorpe Foundation; Courtesy Art + Commerce



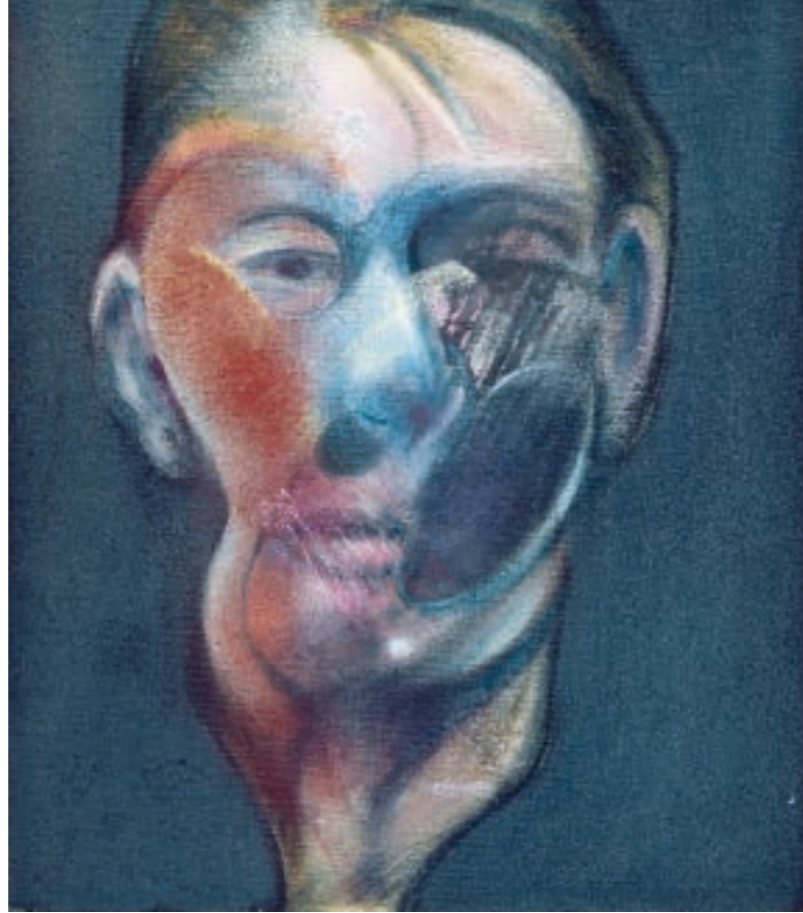
ANPASSUNG: WELCHES GESICHT WOLLT IHR SEHEN?



SELBSTBILD: HILFE, WER BIN ICH?

AKG Images/Archives CDA; Maria Lassnig Zweifel (Doubts) 2004–2005, Oil on Canvas, 207 x 150 cm, 1/2 x 5/8 in, Copyright: Maria Lassnig; Courtesy the Artist and Hauser + Wirth





FLEXIBILITÄT: KANN ICH MICH VERWANDELN?

Die gute Nachricht lautet: Glück ist noch möglich, das Abendland bleibt bestehen, und wir werden weiterhin nach Liebe suchen. Wir müssen an keinen Gott glauben, wir brauchen nicht zu heiraten, wir dürfen unsere Körper tätowieren. Wir können mit Ringen in der Nase Arzt werden, hetero-, homo-, bi-, pan-, poly- oder sonst-wie-sexuell sein und ohne Aufsehen zu erregen die Kanzlerin beschimpfen. Uneheliche Kinder sind gang und gäbe und Homo-Ehen hoffähig. Wir finden für alles einen Coach und können in zahllosen Optionen unser Leben selbst bestimmen. Nie war der Einzelne freier als heute. Sei, wer du bist!, ruft uns die Welt entgegen. Entfalte dich! Verwirkliche dich! Mach was aus dir! Das ist der Imperativ des zeitgemäßen Individualismus. Es passt ins Bild, dass zu den erfolgreichsten Unternehmen weltweit heute ein Konzern gehört, der das freie Ich als Weltformel erfunden hat. Das i in iPod, iMac und iPhone steht für das ICH, den unternehmerischen Geist des Individuums und seine unbegrenzten Möglichkeiten. Der »iMensch« ist Marke seiner selbst.

Die schlechte Nachricht lautet: Nie war der Glücks- und Erfolgsdruck größer als heute. Wir sind zum Glück verdammt. Wir sind zum Erfolg gezwungen. Wir müssen wir selbst sein. Individualismus ist zum Zwang geworden. Das Individuum wird paradoxerweise zur Anpassung gedrängt an das große Ideal, individualistisch zu sein. Das Resultat ist ein Individualisierungskonformismus, der die entscheidende Frage elegant ignoriert: Weiß der iMensch überhaupt noch, wer er ist?

Erstes Kapitel: Maske

Stellen wir uns folgende Situation vor, die tatsächlich so stattgefunden hat: In einem Seminar zum Thema Selbstmanagement erzählt eine Versicherungsangestellte, ihr Arbeitgeber habe ihr verboten, die Fingernägel in einem bestimmten Pinkton zu lackieren. Die Farbe sei zu auffällig. Was soll die Frau tun? Soll sie auf ihrem Pink bestehen und das ganze Instrumentarium des modernen Individualismus aufbieten – Selbstbestimmung! Selbstverwirklichung! Selbstentfaltung! Gleichberechtigt!

Du musst interessant sein!
Du musst einmalig sein!
Wie soll das gehen, wenn es
alle müssen? Und: Wie viel
Exzentrik ist karrierefördernd?

gung! Freiheit? Soll sie einen Streit riskieren, gar ein Zerwürfnis? Oder soll sie froh sein, in ihrem Unternehmen überhaupt die Nägel lackieren zu dürfen, und sich also für ein unauffälliges Rot entscheiden? Oder soll sie die Nägel gar unlackiert lassen? Lesen wir den Pinkton als Chiffre für einen ausgeprägten Wunsch nach Individualismus und das Verbot des Vorgesetzten als Zwang zur Anpassung, ist die Blaupause eines klassischen Konflikts gelegt: Muss der Mensch von heute seine Kanten abschleifen, um Erfolg zu haben?

Der Seminarleiter rät der Frau abzuwägen: Wie wichtig ist der Job? Wie wichtig ist der Lack, auch wenn der ihre »i«-Marke sein sollte? Denken wir uns weiter in die Frau hinein. Sie kehrt nach Hause zurück und konfrontiert ihren Partner mit dem Verbot des Vorgesetzten. Der Partner sagt: Dann mach den Lack doch einfach ab! Ja, das tut sie auch, aber hat der Mann verstanden, worum es ihr geht? Die Frau möchte nichts überstürzen und entscheidet sich für unlackierte Nägel, aber es keimt in ihr die Erkenntnis, dass sie in diesem Unternehmen auf Dauer fehl am Platz ist. Kurze Zeit später meldet sie sich bei einem Headhunter und verlässt auch ihren Partner. Der Lack der Beziehung war ohnehin seit Langem ab, der Mann hatte nie begriffen, wer die Frau eigentlich war, was sie wollte und was ihre Persönlichkeit ausmachte.

Der Sinn von Persönlichkeit besteht in der wiedererkennbaren Selbstdarstellung. Das lateinisch-antike Wort *Persona* heißt übersetzt Theater-Maske. Jeder Mensch trägt seine Maske, jeder Mensch ist Darsteller seiner selbst, und die Welt ist eine Bühne. »Im sozialen Alltag ist alles Selbstdarstellung«, sagt der maßgebliche deutsche Persönlichkeitspsychologe Jens Asendorpf von der Berliner Humboldt-Universität, »und die Selbstdarstellung wird immer individualisierter.«

Die eine trägt einen gelben Hut, die Zweite lässt sich Brauen, Lippe und Nase piercen, der Dritte geht im Reggae-Look, der Vierte raucht Zigarre mit 32. Nichts ist unmöglich, und die Generation 30 plus hat gelernt, das Leben als Event zu begreifen. Selbst das Dinner mit Freunden wird zur Inszenierung, und aus Unsicherheit darüber, wie man sich möglichst perfekt darstellen soll, um souverän zu wirken, bucht der Gastgeber schon mal einen professionellen Designer, der Zutaten, Gänge und die Choreografie ihrer Präsentation plant. Für Kosmetika und Kleidung geben die Deutschen heute im Schnitt mehr Geld aus als für ihr Essen. Die Werbeindustrie erzeugt heute meisterhaft

die Illusion, gerade dieses eine Ding fehle noch im Besitzstand, um wirklich unverwechselbar zu sein.

In den fünfziger und sechziger Jahren waren die Ansprüche der Gesellschaft an den Einzelnen so homogen wie der Druck, diese Ansprüche einzuhalten. Man fügte sich den Normen, ging selbstverständlich in die Kirche, Nischen waren kaum zu finden. Mut zum eigenen Typ bewiesen schon diejenigen, die abends nicht die *Tagesschau* guckten. Heute ist das nicht mehr so einfach, weil es so viele Nischen gibt. »Jeder«, sagt Asendorpf, »will sein Ding machen.« Und das heißt gleichzeitig: Jeder muss auch. Immer geht es um das eigene Profil, die individuelle Persona, die identifizierbare Maske. Permanent souffliert der Geist der Zeit: Du musst dich abgrenzen! Du musst interessant sein! Du sollst einmalig sein! Ja, aber wie soll man das sein, wenn es alle sein sollen? Steckt überhaupt noch Individualismus im Individuum? Und wenn ja: Wie viel Exzentrik ist sozialverträglich, gar karrierefördernd?

Zweites Kapitel: Erfolg

Verkürzt gesagt, strebt jeder Mensch nach dreierlei: sozialer Anerkennung, Erfolg und Glück – im besten Fall verschmilzt alles in einem. Dabei steht der Einzelne heute unter dem Einfluss teilweise höchst gegensätzlicher Maximalansprüche: Er soll Ecken, aber keine Kanten haben. Er soll selbstmächtig sein und sich zugleich dem Schicksal der Globalisierung fügen. Er soll kontrolliert und rational sein, zugleich aber charismatisch und begeisterungsfähig. Er soll permanent seine Exzellenz nachweisen und wird unablässig beobachtet und bewertet. Er ist stets auf sich allein gestellt und muss ständig wählen und sich unentwegt entscheiden, ohne zu wissen, wofür er sich entscheiden soll. Das Spektrum der Typen und ihrer Unterschiede fächert sich immer weiter auf. Es ist deshalb verblüffend, dass weltweit so gut wie jedes Individuum in ein Schema einzuordnen ist, das Psychologen und Sozialforscher als »Big Five« bezeichnen. Die ersten Schritte zu dieser standardisierten Persönlichkeitsdiagnose wurden Anfang der siebziger Jahre getan, durchgesetzt hat sich das Schema in den neunziger Jahren. Im Deutschen beschreiben etwa 16 000 Wörter, vornehmlich Adjektive und Verben, die Vielfalt der Persönlichkeit und lassen sich dennoch – um ein Persönlichkeitsprofil zu erstellen – auf folgende fünf Kategorien reduzieren:

1. Extraversion versus Introversion
2. Emotionale Stabilität versus emotionale Labilität
3. Gewissenhaftigkeit versus Ungewissenhaftigkeit
4. Verträglichkeit versus Aggressivität
5. Konventionalität versus Offenheit für neue Erfahrungen

Die fünf Dimensionen sind voneinander unabhängig, erklären die Hälfte aller erklärbaren Unterschiede zwischen Menschen und sind eine universell gültige,

geradezu bewusst naive Rekonstruktion dessen, wie Menschen andere Menschen im Alltag wahrnehmen und beurteilen. Irgendwo in den Weiten der Big Five findet sich zwischen den USA und Japan, dem Kongo und Nordkorea jeder wieder. Wenn dem so ist – müsste dann nicht das ideale Ich und sein Weg zum Erfolg beschreibbar sein?

Ja, zumindest was Führungspositionen in der Wirtschaft angeht. Offenbar lässt sich beruflicher Erfolg oder Misserfolg anhand der fünf Hauptkriterien erklären. »Emotionale Stabilität zum Beispiel unterscheidet in nahezu allen Berufen die Erfolgreichen von den weniger Erfolgreichen«, befindet Christof Obermann, Professor für Wirtschaftspsychologie an der Rheinischen Fachhochschule Köln und Chef einer auf Assessment

Was für ein Unsinn: Personalmanager raten schon dazu, mit Absicht Brüche in den Lebenslauf einzuarbeiten, um aufregend zu erscheinen

und Entwicklung von Führungskräften spezialisierten Beratungsfirma. Über Fragebögen und Arbeitssimulationen in Assessment-Centern vermag Obermann zu erkennen, ob er es mit einer zuversichtlichen oder negativ eingestellten, mit einer gewissenhaften oder nachlässigen Persönlichkeit zu tun hat. Hält man sich eher an Regeln? Ist man genau? Ist man pünktlich? Ist man ambitioniert? Respektiert man Gesetze? Beachtet man soziale Normen? »Sie können einen Polizisten nehmen, die Krankenschwester, die Lehrerin oder den Piloten – bei Menschen, die in ihrem Job erfolgreich sind, werden Sie immer ähnliche Persönlichkeitsstrukturen finden«, sagt er. Erfolgreiche Menschen, so das Fazit, können sich eher anpassen, Regeln beachten, auf andere zugehen, sie sind gewissenhaft, im Durchschnitt eher extravertiert und grundsätzlich offen für neue Erfahrungen.

Diese Einschätzung deckt sich mit einer Vielzahl wissenschaftlicher Untersuchungen. Der amerikanische Publizist David Brooks hat vor drei Jahren eine unschätzbar wertvolle Arbeit vorgelegt. In seinem Buch *Das soziale Tier* fasst er unzählige Studien der jüngeren Vergangenheit aus allerlei Disziplinen zusammen, destilliert und konzentriert ihre Aussagen und Erkenntnisse über das moderne Menschsein an sich. Die Erfolgreichsten unter uns, so lautet eines der Ergebnisse, hatten nur geringfügig höhere IQs als die weniger Erfolgreichen. Was sie auszeichnete, so Brooks in Anlehnung an die Kognitionswissenschaftlerin Melita Oden, sei ihre überragende Arbeitsmoral gewesen: »Sie hatten schon als Kinder mehr Ehrgeiz gezeigt.« Die Forscher Steven Kaplan, Mark Klebanov und Morten Sorenson

untersuchten die Fähigkeiten und Eigenschaften von Topmanagern und stellten fest, dass die Charakterzüge Detailgenauigkeit, Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft und analytische Gründlichkeit am stärksten mit Erfolg einhergingen – und dazu die Bereitschaft, Überstunden zu machen.

Die besten Unternehmensführer sind demnach keine großartigen Visionäre, sondern bescheidene, zurückhaltende, fleißige, zuverlässige und entschlossene Persönlichkeiten, die einen Bereich gefunden haben, in dem sie sich systematisch zu verbessern suchen. Man muss für den großen Erfolg also nicht, wie manche Human-Resources-Manager raten, bewusste Brüche in seinen Lebenslauf einbauen, um aufregend zu erscheinen. Man muss aus Karrieregründen keine Wiederaufbauarbeit in Haiti leisten oder sich einen Irokesenschnitt zulegen, um Mitbewerber auszustechen.

Wenn allerdings, wie Obermann behauptet, fast alle Führungspositionen aufgrund des Big-Five-Schemas besetzt werden, könnte man durchaus den Verdacht auf eine gewisse Stromlinienförmigkeit hegen: dass da ein strebsamer, sich selbst ausbeutender Einheitsstyp herangezogen wird, der nicht widerspricht, nicht rebelliert, nicht aufbegehrt, der kuscht und sich fügt, weil er weiß, dass man das von ihm verlangt. Individualismus, Querdenkerei, Ecken und Kanten, die wilde Andersartigkeit der Anarchie? Scheint ausgeschlossen. Sei gerade nicht, wer du bist, heiße das. Sei, wer du sein sollst. Aber führt das auf Dauer nicht ins Unglück?

Drittes Kapitel: Glück

Vor einiger Zeit erhielt die Psychoanalytikerin Maja Storch einen irritierenden Anruf. Eine Schweizer Abiturientin hatte für ihre Matura-Arbeit das Thema »Entscheiden« gewählt, und Storch, wissenschaftliche Leiterin des Instituts für Selbstmanagement und Motivation in Zürich, fragte zurück, warum die junge Frau gerade darüber schreiben wolle. Weil sie, so die Abiturientin, selbst Entscheidungsschwierigkeiten habe; sie wisse nicht, für welches Fach sie sich einschreiben solle. Ob es um eine Entscheidung nach der Art »Jura gegen Kunstgeschichte« ginge, fragte Storch, und ob die Eltern ihr deswegen Druck machten. Nein, beschwichtigte die Abiturientin, ihre Eltern seien absolut offen und würden sogar sagen, sie, die Tochter, könne machen, was sie wolle, Hauptsache, sie werde glücklich. Das seien ja Vorzeigeltern, so Storch. Aber genau das sei das Problem, entgegnete die Abiturientin: Sie habe totalen Leistungsdruck, glücklich zu werden. »Das arme Kind«, sagt Storch heute, »stand unter Glücksterror.«

Kann es sein, dass wir da etwas falsch verstanden haben? Seit Aristoteles geht die Menschheit davon aus, der Sinn des Lebens sei das Streben nach Glück, nach *eudaimonia*. In der Antike wurde Glück allgemeingültig





MEIN ICH: GEFÄNGNIS ODER FREIHEIT?

bestimmt, in der Moderne ist es subjektiviert worden – als Sammelbegriff für die Befriedigung individueller Präferenzen. Und jetzt, in der Spätmoderne, im Morgenrot einer neuen Epoche, wissen wir nicht mehr, wie schlichtes Glück geht und was genau das ist?

Jeder hat seine eigene Sicht aufs Glück, jeder seine eigene Fassung, glücklich zu werden. Um der überwältigenden Größe des Wortes Glück zu entgehen, spricht die Forschung seit geraumer Zeit nur noch über individuelles Wohlbefinden. In groß angelegten Erhebungen, dem World Values Survey oder dem Euro-Barometer-Survey etwa, wird nach der Lebenszufriedenheit der Menschen gefragt, weltweit, europaweit und deutschlandweit. »Generell betrachtet: Wie zufrieden sind Sie heute mit Ihrem Leben als Ganzem?«

Angetrieben vor allem vom britischen Ökonomen Richard Layard und dem Schweizer Wirtschaftshistori-

ker Bruno Frey, haben Wissenschaftler weltweit festgestellt, dass eine maßgebliche Bedingung fürs individuelle Glücksempfinden die sozialen Umstände des jeweiligen Menschen sind. Nicht Geld, Schmuck und Autos sind entscheidend für eine hohe Lebenszufriedenheit, sondern die genetischen, soziodemografischen, kulturellen und politischen Bedingungen. Materieller Wohlstand kann, muss aber nicht mit gelungenen sozialen Beziehungen einhergehen. Und es ist empirisch belegt, dass Menschen, die großen Wert auf Besitz und Status legen, unzufriedener sind als Menschen, die das nicht tun. Je fester die sozialen Beziehungen eines Menschen hingegen sind, umso glücklicher ist er; Menschen, die in langjährigen Partnerschaften leben, sind weit glücklicher als Singles, und extravertierte Menschen, resümieren die Glücksforscher, seien zufriedener als introvertierte. Man kennt die Berichte von Millionären, die plötzlich zu arbeiten aufhören, ihre Villa versteigern, einen Rucksack packen und sich aufmachen, die Gebirge Nepals zu durchreisen; man kennt die Fantasien der Aussteiger, deren Glück darin zu bestehen scheint, dem herkömmlichen Glücksmodus zu entsagen.

Der verzweifelten Abiturientin riet Maja Storch schließlich Folgendes: Sie dürfe doch in ihrem Leben ganz normal unglücklich werden, wie jeder andere auch. Sie dürfe das Falsche studieren. Sie dürfe nach vier Semestern merken, dass das Studium sie ankotze. Sie müsse auch gar nicht studieren. Und sie müsse weder zufrieden noch glücklich werden. Das, antwortete die Abiturientin, entlaste sie sehr. Glücklich war die junge Frau über das neue Glück des Unglücklichseindürfens.

Dem Zwang zum Glück zu entsagen erfordert eine neue Kompetenz: Mut zur Entscheidung. Gibt es neben dem Individualismus- und Glücks- nun also einen dritten, den Entscheidungsterror? Nein, sagt Maja Storch, alles sei nur eine Frage der Schulung, es geht jetzt um neue Kompetenzen. »Identitätskonstitution ist ein aktiver Akt, das fällt Ihnen nicht in den Schoß.« Bereits bei Zwölfjährigen ist das die wichtigste Entwicklungsaufgabe, weshalb Storchs Institut im Rahmen des Zürcher Ressourcen Modells auf der Basis neurowissenschaftlicher Erkenntnisse Lehrmittel entwickelt hat, um damit Techniken zur Entscheidungsfindung in die Schulen zu bringen. Die Kinder lernen über die körperliche Wahrnehmung sogenannter somatischer Marker, wie sich Entscheidungen anfühlen. Sie trainieren, ihrem Körpergefühl zu vertrauen, ob sich etwas gut und oder schlecht, passend oder grummelig anfühlt.

Mit Egoismus habe das nichts zu tun, sagt Storch, da besagte Marker ein Erfahrungsgedächtnis konfigurierten, in das die vermutete oder erfahrene Reaktion des sozialen Systems bereits mit eingebucht sei. »Dann kann man Dinge und Eigenschaften an und von sich akzeptieren, die vielleicht gerade nicht modisch sind«, denn nur so schaufelt sich das Individuum Storchs Auffassung zufolge die eigene Persönlichkeit aus den Hal-

den der »Must-haves«, den Verbotsschildern und Verführungsreizen, der Informationsflut und den Einflüssen der Medien frei. Durch das Training in Lektionen werde eine subjektive Moral und ihre Begründung gelernt, eine individualistische, ausschließlich der jeweiligen Persönlichkeit entsprechende, einmalige Moral.

Gut ist, was sich als gut erspüren lässt – so einfach klingt der Lohn harter Ich-Arbeit. Für dieses Training aber ist eines unabdingbar, das größte Luxusprodukt unserer Epoche: Zeit.

Viertes Kapitel: Zeit

Jeder Mensch bewegt sich immer schon in kulturell und ökonomisch vornormierten Mustern. Unberechenbarkeit ist der prägende Faktor unserer Epoche der totalen Mobilität, und Beschleunigung trotz Komplexität ist eines ihrer herrschenden Muster. Nichts ist mehr überschaubar, nichts stabil, nichts von Dauer. Räume lösen sich auf, Zeit verdichtet sich. Alles ist immer im Fluss, alles steht immer auf Anfang und Aufbruch. Weil alles gleich gültig scheint, ist das meiste gleichgültig. Der Mensch von heute muss sich in der Unsicherheit einrichten. Er fühlt sich gehetzt von den Umständen, über deren Bedingungen er nichts Genaueres weiß. Er ist erschöpft und in seiner Erschöpftheit zugleich hyperaktiv. Er ist nicht imstande, zu sagen, womit genau er seine Zeit aufbraucht, er stellt nur fest, dass er nie genügend hat. Er ist ein Vertreter der dauererregten Leistungsgesellschaft in permanenter Zeitnot und ein Opfer dessen, was der italienische Philosoph Giacomo Marramao mit dem Begriff »Zeitsyndrom« als Grundlage der globalisierten Gesellschaft erfasst hat: die wachsende Diskrepanz zwischen der Inflation an Erwartungen und der fehlenden Zeit zu ihrer Erfahrung.

Erfahrung braucht Zeit – mit dieser Gleichung beginnt das spätmoderne Drama, denn am Anfang eines selbstbestimmten Lebens steht heute nicht mehr die Rebellion, sondern die Anpassung. Revolten sind dieser Tage irgendwie putzig und verebben sofort, und nicht mal Protest erregt gesteigertes Aufsehen, höchstens die aggressive Nacktheit der Femen-Frauen oder ein Amoklauf. Wie aber soll der gewaltlose junge Mensch überhaupt noch exzentrisch sein, um darin Geltung beanspruchen zu können?

Rebellion erfordert Radikalität, und radikal-rebellierendes Verhalten verlangt Zeit zu seiner Erfahrung. Diese Zeit, Werte im Trial-and-Error-Verfahren auszuprobieren, gebe es heute nicht mehr sagt Wolfgang Hantel-Quitmann, einer der führenden Paar- und Familientherapeuten im Lande sowie Professor für Klinische Psychologie an der Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg. In der Jugendzeit, also der »Adoleszenzkrise« von der Pubertät bis ins frühe Erwachsenenalter, müsse der junge Mensch klären, was er

nicht will und wer er ist. Wenn aber die Abgrenzung bereits in Anpassung vollbracht und die Identitätsfrage nicht beantwortet wird, wenn stattdessen die zur Verfügung gestellten Ich-Schablonen adaptiert werden und der Mensch also bereits im Jugendalter anfängt, seine Rente auszurechnen oder Karriereoptionen zu planen, dann prognostiziert Hantel-Quitmann im Alter von 40 keine vorgezogene Midlife-, sondern eine verspätete Reifungskrise. Schließlich antwortet der plötzlich nachrebellierende Vierziger auf der mittleren Management-Ebene in Unternehmerseminaren auf die Frage: »Wovon haben Sie immer schon mal geträumt?« überdurchschnittlich oft mit einem Satz wie jenem: »Mal nackt durch den Wald zu laufen ...«

Das gesamte deutsche Bildungssystem, sagt Hantel-Quitmann, sei nicht auf Förderung von individuellen Fähigkeiten ausgerichtet, sondern auf Selektion, um die Spreu vom Weizen zu trennen und Frühförderkarrieren einzurichten. Der Psychologe sieht den Anpassungsdruck wachsen und die Zeit zur Rebellion schrumpfen. »Für alles, was wir beim Menschen an Entwicklung haben, brauchen wir in erster Linie Zeit. Wir brauchen Konflikte, Irrwege, Möglichkeiten zu schei-

Wenn Ich-Schablonen adaptiert werden und der Mensch in der Jugend schon die Rente ausrechnet – dann steuert er auf eine Reifungskrise zu

tern, um aus diesen Erfahrungen zu lernen.« Bei der kognitiven Bildung sei dies mit intellektuellen Konstrukten noch machbar, die emotionale Bildung aber verkümmere, obwohl genau sie in sozialen Beziehungen das Wesentliche ist. Haltung? Empathie? Eigene Entwürfe? Fehlanzeige.

Die sozioökonomischen Strukturen reduzieren das Leben auf das Machbare, der Mensch wird geradezu erpresst: *Take it or leave it*; friss oder stirb! »Freiheitsräume müssen widerständig erkämpft werden, und Widerstand muss man erst lernen«, sagt Hantel-Quitmann und empfiehlt ehrgeizigen Eltern, ihre Kinder nicht zu früh in Anpassungsprozesse hineinzuschieben, zu narzisstischen Objekten zu instrumentalisieren und sie bei jeder kleinen Verrücktheit sofort in die Therapie zu bringen – wohl wissend, dass Widerständigkeit ein Risiko für Karriere, Gehalt und Erfolg sein könnte.

Mut zum eigenen Typ zu haben heißt, Mut zu haben, sich diesen Mut zu gönnen. Es heißt, Mut zu haben, zu widersprechen und zu scheitern. Es heißt, Mut zur Neugier, Mut zum kritischen Geist und zur Absage an vorgefertigte Muster zu haben. Es heißt, Mut zu haben, vor allem eines zu sein: normal.

DAS GESCHUNDENE ICH

Wie Künstler sich selbst darstellen

Eigentlich will er doch berühmt, geachtet und bedeutend sein. Was aber tut der Maler Albrecht Dürer? Er macht sich unmöglich, er lässt sich einen Bart wachsen, über den alle spotten, sogar seine besten Freunde. Denn mit so einem Monstrum, am Kinn gestützt, der Schnauzer üppig, laufen sonst nur verwahrloste Bauern herum oder irgendwelche Tölpel. Dürer aber gefällt gerade das: die Abweichung. Er will entschieden anders sein. Und so setzt er sich und seinen Bart immer wieder voller Stolz in Szene, auf mehr als 20 Bildern. Alle sollten sehen, worum es ihm geht: Ich zu sagen aus vollem Herzen.

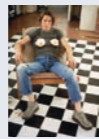
Heute gilt Dürer vielen Kunsthistorikern als einer der Erfinder des Selbstporträts. Mitten in der Renaissance, vor gut 500 Jahren, entdeckt der Mensch nicht nur die Welt, er beginnt auch, sich selbst neu zu erkunden. Und die Künstler treiben diese Selbsterkundung mit unerhörter Neugier voran. Kein Wimpernhärchen, keine Runzel soll ihnen entgehen, doch Gesichter nur zu spiegeln, das reicht ihnen nicht. Vor allem in ihren Selbstporträts wollen sich die Künstler auch selbst ergründen: Wer bin ich eigentlich? Wer möchte ich sein? Sie beginnen ein Spiel der Selbstentblößung und Selbststilisierung, das noch heute, im Zeitalter der Selfies, der permanenten Identitätssuche und Imagebildung, viele Menschen umtreibt.

Deshalb zeigen wir auf diesen Seiten lauter Selbstporträts: Es ist erhellend, manchmal auch erschreckend, wie offen hier die Künstler und Künstlerinnen mit sich ringen, welche Form sie finden für ihre Ideale, Träume, auch für ihre Verzweiflung. Es sind Bilder, die von der Nahbeziehung des Menschen mit sich selbst erzählen – und davon, wie eng das Bild und das Ich oft verbunden sind.

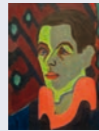
Wir sind nicht, wer wir sind, diese Erkenntnis spricht aus vielen dieser Selbstporträts. Der Mensch ist nicht ein für alle Mal, was er zu sein scheint, er löst sich auf in viele Facetten und noch mehr Projektionen. Er darf und er muss selbst entscheiden, welches Bild er sich von sich selber macht, welches er zeigen möchte. Und stets ist es ein Wechselspiel von Eindruck und Ausdruck, immer wirkt der Anschein zurück ins Innere, auf unsere Vorstellung von dem, wer wir sind.

Natürlich waren und sind Künstler auch geschickte Selbstvermarkter. Sie verstehen sich auf Posen, auf einprägsame Gesten. Und Albrecht Dürer gilt auch in dieser Hinsicht als Pionier, kurzerhand stilisierte er seine Initialen zum Logo. Obwohl seine Selbstporträts ungemein authentisch und seelentreu erscheinen, sind sie meist auch Verkäufe. Denn beides muss sich nicht ausschließen: In der Kunst zeigt sich, dass gelegentlich selbst in den Oberflächen eine tiefere Wahrheit aufscheint.

Hanno Rauterberg



Verwegen: Sarah Lucas, geboren 1962, prägte mit ihrer Provokationslust die Bewegung der Young British Artists. Sie liebt das rotzige Spiel mit Frauen- und Männerrollen, gerne auch mit Spiegelei-Brüsten.



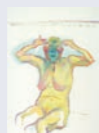
Versonnen: Als Ernst Ludwig Kirchner (1880 bis 1938) dieses Bild malt, liegt schon vieles hinter ihm: Er hatte die Künstlergruppe Brücke mit gegründet, war begeistert in den Ersten Weltkrieg gezogen und halb gelähmt daraus zurückgekehrt, er dachte, er würde nie wieder malen können – und doch ist es ein wunderbar heiteres Selbstporträt geworden. Alle Schrecken scheinen vergessen.



Verschwommen: Der amerikanische Fotokünstler Robert Mapplethorpe (1946 bis 1989) war bekannt und berüchtigt für seinen unverhohlenen Blick auf nackte Leiber. Manche fühlten sich provoziert, andere waren fasziniert von seiner Direktheit. Für dieses Selbstporträt wählte er hingegen eine andere Ästhetik: Er zeigte sich wie hinter einem Schleier aus Unschärfe, nur vier Jahre vor seinem Tod.

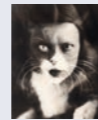


Verwundert: Für Gustave Courbet (1819 bis 1877), einen der wagemutigsten Künstler des 19. Jahrhunderts, war die Malerei auch immer eine Suche nach dem wahren Ich. Mal zeigte er sich als zerfurchten Grübler oder als aufgeräumten Jüngling, mal als Reiter, als Prophet, Lüstling oder Märtyrer. Und immer staunt er, wie aus diesem Bild, über das eigene Selbst.

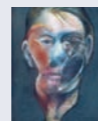


Verzagt: Sich selbst bloßzustellen, den eigenen Körper, auch seinen Verfall für alle sichtbar zu machen – die österreichische Malerin Maria Lassnig (1919 bis 2014) schreckte nicht davor

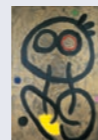
zurück. Nicht das Schöne, sondern das Schonungslose interessierte sie.



Verkatert: Nicht nur war Wanda Wolz (1903 bis 1984) eine außergewöhnliche Fotografin, sie war zum Beispiel auch Pilotin oder Musikerin einer One-Woman Jazz Band. Und manchmal, das zeigt ihr Selbstporträt, hätte sie sich gern ein paar Schnurrhaare wachsen lassen, so wie ihr Kater Pippo, mit dessen Bild sie hier verschmilzt.



Verformt: Immer wieder hat sich Francis Bacon (1909 bis 1992), einer der bedeutendsten Maler des 20. Jahrhunderts, mit zerdelltem Schädel gemalt, zertrümmert sind Nase, Wange, Auge. Nicht das ideale, sondern das geschundene Ich begeisterte ihn, er löste sein eigenes Antlitz auf – vielleicht auch, weil er gern ein ganz anderer geworden wäre.



Verloren: Es brauchte über 20 Jahre, bis der spanische Künstler Joan Miró (1893 bis 1983) dieses Selbstbild abgeschlossen hatte. Erst zeichnete er, dann fuhr er mit breiten Pinselstrichen darüber – und zeigte damit allen, dass sich das eigene Ich nie recht greifen lässt. Und dass es ganz schön sein kann, sich hinter Punkten und Kringeln zu verbergen.



Verkannt: Lange wusste der amerikanische Maler Chuck Close nicht, dass er unter Proso-pagnosie leidet: Es fällt ihm schwer, Menschen an ihrem Gesicht zu erkennen. Vielleicht hat der heute 73-Jährige deshalb so viele und so riesige Porträts gemalt wie kaum ein anderer Gegenwarts-künstler. Und fast immer scheint er die Gesichter zu mikroskopieren, er zerlegt sie in lauter kleine Teilchen – als wäre Identität nur ein Puzzlespiel.

Fünftes Kapitel: Normalität

Der Mensch gilt heute nicht mehr als verhaltensauffällig, wenn er Teil einer Subkultur ist, er gilt als verhaltensauffällig, wenn er es nach einem Monat noch nicht ist. Die Uniformierung des Besonderen, die Nivelierung des Individualistischen, die Einverleibung des Exzentrischen in ein allumfassendes System aus Konsumgütern und gütigem Konsum erfolgt in immer kürzeren Abständen. Jeder ist heute ein iMensch, und kaum etwas scheint so schwierig zu sein, wie jenem Schlachtruf »Sei abweichend!« Folge zu leisten, der dem höchst erfolgreichen Romanzyklus der 25-jährigen Autorin Veronica Roth zugrunde liegt. In ihrer Science-Fiction-Teen-Story *Die Bestimmung* werden die Menschen in Selbstlose, Furchtlose, Gelehrte, Freimütige und Friedfertige unterteilt, und alle 16-jährigen Bürger müssen einen Test ablegen, um zu ermitteln, für welche der fünf Fraktionen sie am besten geeignet sind.

Jeder soll anders sein. Jeder soll abweichend sein. Der Einzelne wird zur Abgrenzung gezwungen. So ist es bekanntlich nicht nur in der Literatur, und das hat freilich Konsequenzen für jede Form von Partnerschaft. Persönlichkeitspsychologe Asendorpf hat in seinen Studien festgestellt: »Die Trennungsraten haben enorm zugenommen, und Fakt ist, dass man sich heutzutage viel leichter trennt als früher.« Aber warum? Weil das vornehmlich die Frauen wollen, die, statistisch betrachtet, 80 Prozent aller Trennungen initiieren, wenn ihre Erwartungen nicht mehr erfüllt sind. Zwar trennen sich Paare heute viel schneller als früher, aber es finden sich auch viel schneller neue zusammen, was vornehmlich mit den digitalen Partnerbörsen zu tun hat. Untersuchungen in den USA haben gezeigt, dass 50 Prozent aller Internetnutzer online Partnersuche betreiben und gut ein Drittel aller Ehen online angebahnt wird. Die Online-Partnervermittlung Parship etwa suggeriert, kritisiert Paartherapeut Hantel-Quitmann die Supermarkt-Strategie des Unternehmens, »dass es im Umkreis von 80 Kilometern 350 bessere Partner als den eigenen gebe. Das verändert die Konflikthaftigkeit von Beziehungen enorm.« Dennoch hat sich der Anteil derer, die aktuell keinen Partner haben, über die vergangenen zwanzig Jahre hinweg nicht signifikant geändert. Und der Prozentsatz der zu einem bestimmten Zeitpunkt vorhandenen Partnerschaften, hat Asendorpf für Deutschland festgestellt, sei erstaunlich konstant. Das bedeutet im Umkehrschluss einen erneuten Wertewandel: Jeder weiß mittlerweile, dass eine Beziehung von begrenzter Haltbarkeit ist, somit steigt aber ihr Wert. Feste Bindungen sind Mangelware, und für die jungen Leute sind stabile Partnerschaften dieser Tage viel wichtiger als früher. »Treue«, schließt Asendorpf, »ist ein enorm großer Wert, weil die Jungen sehen, dass die Eltern untreu geworden sind. Da hat sich extrem viel verändert.«

Wenn man nun – wissenschaftlich legitimiert und gewiss etwas überspitzt – von Individualismus-, Glücks- und Zeitterror sprechen darf: Wie kann der Individualist von heute dann darin zufrieden werden? Sich mit sich selbst wohlfühlen? Ja zu sich sagen? Der Zeitgeist ist schon weiter und antwortet mit einem neuen Identitätsgefühl. Es geht nicht mehr um Zufriedenheit und Glück, es geht um Wohlbefinden durch Normalität. Jeder dürfe, jeder solle sein, wie er wolle, sagt Thomas Gensicke, Projektleiter der Shell-Jugendstudie und Sozialforscher beim Institut TNS Infratest in München. »Es ist aber ein Denkfehler, zu glauben, die beste Erfolgsstrategie bestehe darin, immer dem neuesten Trend hinterherzulaufen.« Im Gegenteil. Gensicke rät zu einer Art aktiven Realismus nach dem Motto: In der Moderne nicht allzu modern sein zu wollen. Seine Fähigkeiten richtig und vernünftig einzuschätzen. Sich selbst zu erkennen.

Unter Jugendlichen, ist das Ergebnis der jüngsten Jugendstudie, erlebten die oft belächelten traditionellen Werte eine Renaissance – all jene Werte also, die auf gesellschaftliche Stabilität abzielen: Gesetzestreue, Wertschätzung sicherer sozialer Verhältnisse, Anerkennung der Leistungsgesellschaft und die Bereitschaft, sich darin einzubringen. »Die ›Generation Rebellion‹ der sechziger und siebziger Jahre hatte das Gefühl, in einer übersicherten, überregulierten Gesellschaft zu leben«, sagt Gensicke, »während die Jugend von heute eine unsichere und unterregulierte Gesellschaft wahrnimmt.« Anders gesagt: In einer übersicherten Umgebung ist es leichter, Protest zu zeigen und auf Veränderungen zu drängen, als in einer wenig überschaubaren, in der das Gefühl vorherrscht, keine gute Perspektive zu haben. Heute seien Handlungsoptionen gefragt, die den Einzelnen sozial verträglich und umgänglich machen, die ihm zu kooperieren und sich in diverse Teams einzufügen ermöglichten – von der Familie über die Arbeitswelt bis ins Gemeinwesen. »Das Neue an der Entwicklung«, sagt Gensicke, »ist der Anspruch, dass diese Regeln auch vernünftig sein sollen, dass man sie nicht autoritätshörig zur Kenntnis nimmt, sondern hinterfragt und das Wertesystem jetzt bewusst bejaht.«

Es scheint, als wüchse da keine Kohorte angepasster Spießler und karrieregeiler Opportunisten heran, sondern eine durchaus kritische, selbstbewusste Generation neuer Realisten, die aller Überspanntheit der Persona eine relativ gelassene Normalität entgegenstellt. Der Mut zum Normalen hält letztlich eine wunderbare Botschaft bereit: Nichts sein zu müssen, aber alles sein zu können. Normalität ist die Exzentrik von morgen – eine gute Nachricht, oder? —

Christian Schüle hat sich oft mit der Lage des zeitgenössischen Individuums auseinandergesetzt, zuletzt in seinem Buch »Vom Ich zum Wir«. Für die Recherche unseres Themas hat er die ganze Republik durchstreift, viel über Gelassenheit gelernt – und ist trotzdem rechtzeitig zurückgekommen. Zum Glück!

SERIE

MEIN BESSERES LEBEN

1. TEIL: GESUNDHEIT
Wundermittel Bewegung
Von Kopfschmerzen bis Krebs: Wissenschaftler entdecken immer neue Heilwirkungen (ZEIT Wissen 2/2014)

2. TEIL: GELASSENHEIT
Lebensgefährte Stress
Nur wer ihn gut kennt, kann ihn loswerden oder zum eigenen Vorteil nutzen (ZEIT Wissen 3/2014)

3. TEIL: PERSÖNLICHKEIT
Mit Ecken, aber ohne Kanten?
Erfolgsstrategien zwischen Anpassung und Individualität (in dieser Ausgabe)

Die vorigen Ausgaben von ZEIT Wissen können Sie bestellen unter www.zeit.de/zw-serie