

ZRM-Forschung

Qualitative Untersuchung der Identitätsentwicklung und Alltagsbewältigung von Jugendlichen mittels Leitfaden-Interview

Eveline von Arx und Andrea Szekeres-Haldimann

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse zweier aufeinanderfolgenden Forschungsarbeiten dargestellt, die am pädagogischen Institut der Universität Zürich durchgeführt wurden. Die Datenlage basiert auf der Befragung von fünf Jugendlichen, die am Selbstmanagement-Training ZRM-J teilgenommen hatten.

Mit der ersten Untersuchung wurden zwei Ziele verfolgt: Erstens wurde die Wirksamkeit des ZRM-J-Kurses in Bezug auf die Identitätsentwicklung von Jugendlichen überprüft. Zweitens wurde untersucht, inwiefern sich die Teilnahme am ZRM-J-Kurs positiv auf die Alltagsbewältigung von Adoleszenten auswirkt.

Zwei Jahre später untersuchte Astrid Riedener in einer Follow-up-Studie die Langzeiteffekte des ZRM-J-Kurses auf diese Untersuchungsziele.

Im Folgenden werden zuerst die theoretischen Grundlagen bezüglich Identitätsentwicklung und -unterstützung in der Adoleszenz beschrieben. Dabei wird das von Augusto Blasi entwickelte Konzept des unmittelbaren Selbsterlebens in der Identitätsentwicklung erläutert. Zudem wird auf die von ihm eruierten Merkmale von «Sincerity» (Aufrichtigkeit) und «Phoneyess» (Unechtheit) eingegangen. Zwei Themen die für die Identitätsentwicklung in der Adoleszenz ebenfalls von Bedeutung sind. Im Anschluss folgen die Ergebnisse bezüglich der Auswirkungen des ZRM-J-Kurses; es ergeben sich deutliche Hinweise auf die kurz- und langfristige Wirksamkeit des ZRM-J-Trainings.

1 Theoretischer Hintergrund

Augusto Blasi erforschte die bereits von Erikson eruierte phänomenale Komponente von Identität. Er schreibt diesem Aspekt deshalb besondere Wichtigkeit zu, weil dadurch ein vollständigeres Bild des Identitätsgefühls aufgezeigt werden kann. Der phänomenale Aspekt besagt, dass es sich bei Identität um ein spezielles Selbsterleben handelt: Aus der Fähigkeit des Individuums, ein tiefes Einheitserleben herzustellen, wahrzunehmen und zu erleben, resultiert ein Gefühl von Identität, das subjektiv geprägt ist. Zu diesem Identitätserleben gehören auch das Gefühl innerer Einheit, eigener Individualität und Einzigartigkeit, das Empfinden von Wohlergehen, Sinnhaftigkeit und Tatkraft sowie das Gefühl, im eigenen Körper und in der Gesellschaft zu Hause zu sein (vgl. Blasi, 1993, S. 121–122). Es geht um die Frage, wie Menschen sich in ihren Erfahrungen und Handlungen subjektiv erleben. Dieses Gefühl des subjektiven Selbsterlebens nennt Blasi «sense of self» (vgl. Blasi, 1988, S. 228). Er entwickelte vier grundlegende Dimensionen, welche dieses unmittelbare Selbsterleben konstituieren:

- Agency
- Otherness
- Unity
- Identity with oneself

AGENCY bezieht sich auf den Grad, mit der eine Person ihre Handlung – ohne bewusst darüber nachzudenken – als die eigene und sich selber als deren Quelle versteht (vgl. Blasi, 1988, S. 229). Dies vermittelt das Gefühl, Einfluss auf die eigene Identitätsentwicklung nehmen zu können und verantwortlich für sich selber zu sein (vgl. ebd. S. 233–234).

OTHERNESS beschreibt das Erleben von Einzigartigkeit beziehungsweise Andersartigkeit in Bezug auf die anderen Menschen. Dies ist auch für das Hinterfragen der eigenen Kultur sowie für die Abgrenzung von anderen Werthaltungen von Bedeutung.

UNITY meint ein Einheitlichkeitsgefühl des Individuums bezüglich mehrerer verschiedener Handlungen, die gleichzeitig ausgeführt werden. Das heißt, dass sich jemand sowohl als Subjekt als auch als Objekt der eigenen Selbstreflexion wahrnehmen kann. Zudem

erlebt die Person ein Gefühl der Kontinuität – auch über verschiedene Situationen hinweg. Als Beispiel: Eine Jugendliche spürt, dass sie heute immer noch dieselbe Person ist wie gestern und vor einem Jahr, auch wenn sie sich entwickelt und verändert hat.

IDENTITY WITH ONESELF. Damit ist die unmittelbare, unreflektierte Erkenntnis der Person gemeint, dass sie als Subjekt, das über sich selber nachdenkt, identisch ist mit dem Objekt der Reflexion (also sie selber). Realisiert das Individuum, dass das erkennende Subjekt und das erkannte Objekt übereinstimmen, hat sie/er die Fähigkeit erworben, über sich selber nachzudenken (vgl. Blasi, 1991, S. 23).

Zwei weitere zentrale Themen für die Identitätsentwicklung in der Adoleszenz sind die von Blasi eruierten Merkmale «Sincerity» (Aufrichtigkeit) und «Phoneyess» (Unechtheit). Blasi wies nach, dass Jugendliche sehr sensibel und oft ablehnend auf Menschen reagieren, die Gefühle vortäuschen oder Meinungen vertreten, welche nicht mit Erfahrungen übereinstimmen. Insbesondere Jugendliche in der mittleren und späten Adoleszenz gaben differenzierte Erklärungen darüber ab, was sie unter Unechtheit verstehen und wieso sie diese ablehnen (vgl. Blasi, 1998, S. 1–7):

- Unecht zu sein bedeutet, Gefühle vorzutäuschen und unehrlich zu sein.
- Auch eigenes unechtes Verhalten löst starke negative Emotionen sich selber gegenüber aus.
- Unechtes Verhalten wird mit der Begründung abgelehnt, dass man unechten Personen nicht wirklich trauen kann, weil diese Person nicht so ist, wie sie zu sein vorgibt.

Zwar tritt in der späten Adoleszenz die intensive Auseinandersetzung mit den Themen Unechtheit und Aufrichtigkeit in den Hintergrund, weil erkannt wird, dass gewisse Situationen unechtes Verhalten erfordern können. Immer noch wird aber Unechtheit mit dem Verleugnen eigener wahrer Gefühle und schließlich der eigenen Persönlichkeit in Zusammenhang gebracht. **Die Fähigkeit, zu den eigenen Gefühlen und Handlungen zu stehen, bedeutet für Jugendliche, ein Selbst-Bewusstsein und somit ein Gefühl für die eigene Identität erworben zu haben.**

Forschungsfragen

Bezogen auf die Effekte, die vom ZRM-J-Training bewirkt werden sollten, formulierten wir zwei Forschungsfragen.

1. Unterstützt der ZRM-J-Kurs identitätsstiftende Prozesse?

Hier geht es um die Veränderungen bezüglich der vier Dimensionen des unmittelbaren Selbsterlebens:

- *Agency*: Erleben sich Jugendliche nach dem Kurs vermehrt als Quelle ihrer Handlungen? Dabei gingen wir davon aus, dass Jugendliche, die sich als Verursacher der eigenen Handlung erleben auch vermehrt so handeln, wie sie es für richtig halten.
- *Otherness*: Erleben sich Jugendliche als einzigartig beziehungsweise andersartig?
- *Unity*: Erleben die Jugendlichen ein verstärktes Gefühl bezüglich ihrer eigenen Lebensgeschichte.
- *Identity with oneself*: Gelingt es den Jugendlichen, besser Abstand zu sich zu nehmen, besser über sich nachzudenken und somit mehr Kontrolle über ihr Verhalten zu erlangen?

Zudem wurde erfragt, ob der Kurs die Jugendlichen dabei unterstützt, sich vermehrt so zu zeigen, wie sie wirklich sind und ob sie ein verstärktes Gefühl von Echtheit erlangen.

2. Wie wirkt sich der ZRM-J-Kurs auf die Alltagsbewältigung Jugendlicher aus?

Dabei gingen wir davon aus, dass das im ZRM-J-Kurs entwickelte Ziel einen direkten Einfluss auf das Handeln der Jugendlichen im Alltag hat.

2 Methodik: Stichprobe und Erhebungsverfahren

Die Stichprobe bestand aus fünf weiblichen Jugendlichen im Alter von 17 bis 19 Jahren. Alle jungen Frauen absolvierten zum Zeitpunkt der ersten Erhebung das zweite Lehrjahr der kaufmännischen Ausbildung in Zürich. Die Interviews fanden zwei Monate beziehungsweise zwei Jahre nach dem letzten ZRM-J-Kursabend statt. Beide Untersuchungen basieren auf die Durchführung von fokussierten Leitfadenterviews.

3 Ergebnisse

3.1 Ergebnisse der ersten Untersuchung: ZRM-J-Kurs mit Jugendlichen

3.1.1 Einfluss des ZRM-J-Kurses auf identitätsstiftende Prozesse

Unmittelbares Selbsterleben

Inwiefern der ZRM-J-Kurs identitätsstiftende Prozesse bei Jugendlichen unterstützte, soll anhand der untersuchten vier Dimensionen des unmittelbaren Selbsterlebens dargestellt werden.

Bei allen fünf Jugendlichen ließen sich Veränderungen des subjektiven Identitätserlebens feststellen. Betrachtet man die in **Tabelle 1** aufgeführten Ergebnisse wird ersichtlich, dass alle jungen Frauen von erworbenen und verbesserten Fähigkeiten berichteten: Sie erlebten sich vermehrt als Quelle ihrer Handlungen, waren sich ihrer Einzig- und Andersartigkeit bewusster geworden, konnten sich besser abgrenzen und stellten Meinungen anderer Menschen vermehrt in Frage. Zudem nahmen ein verstärktes Kohärenzgefühl bezüglich der eigenen Lebensgeschichte wahr und konnten besser über sich nachdenken, beziehungsweise sich selber aus Distanz betrachten.

Tabelle 1: Ergebnisse der vier Dimensionen unmittelbaren Selbsterlebens.

Agency	Alle fünf Jugendlichen handelten öfters so, wie sie es für richtig hielten und erlebten sich vermehrt als Quelle ihrer eigenen Handlung.
Otherness	Allen fünf Jugendlichen wurde es bewusster, dass sie einzig- beziehungsweise andersartig sind. Bei allen nahm die Fähigkeit, sich abzugrenzen, zu. Zwei Jugendliche stellten die Meinung anderer Menschen stärker in Frage.
Unity	Vier Jugendliche nahmen ein Kohärenzgefühl bezüglich der eigenen Biographie wahr.
Identity with oneself	Alle fünf Jugendlichen konnten sich besser aus der Distanz betrachten. Vier Jugendliche konnten besser über sich nachdenken.

Aufrichtigkeit und Unechtheit

Bezüglich der Themen «Aufrichtigkeit» und «Unechtheit» ergab sich, dass sich alle fünf Jugendlichen vermehrt so zeigen konnten, wie sie sich fühlten. Sie lernten sowohl sich selber als auch anderen gegenüber echter und selbstbewusster zu werden. Anhand vieler Beispiele illustrierten sie, dass sie sich in ihren Handlungen vermehrt an sich und weniger an anderen (Peergroup, Eltern, Lehrer, Lehrmeister) orientierten. Sie lernten, sich selber besser zu akzeptieren und zu sich und der eigenen Meinung zu stehen.

3.1.2 Auswirkungen des ZRM-J-Kurses auf die Alltagsbewältigung

Die fünf Jugendlichen berichteten alle, dass sie sich seit dem Kurs verändert hatten. Aus den Interviewanalysen ließ sich ein ziemlich homogenes Bild eruieren:

- Die jungen Frauen gaben an, sicherer und mutiger geworden zu sein, fühlten sich allgemein wohler oder hatten mehr Optimismus und Selbstvertrauen gewonnen. Es zeigte sich, dass es bei allen Jugendlichen ähnliche Veränderungen positiver Art waren. Dabei handelte es sich vor allem um die Themen Selbstvertrauen, Mut und Optimismus.

Die Analyse der geschilderten Beispiele ergab, dass sich wesentliche Veränderungen vor allem in den folgenden Bereichen zeigten:

- Kontakt und Kommunikation mit den Mitmenschen.

Alle fünf Jugendlichen berichteten, dass sie sich im Kontakt mit ihren Mitmenschen (Gleichaltrigen, Erwachsenen, Eltern) anders verhielten. Sie wurden aktiver und gingen vermehrt von sich aus auf andere zu. Sie sagten, was sie dachten, konnten besser zur eigenen Meinung stehen und brachten sich so auch mehr in die Kommunikation ein.

Andere Bereiche, in denen sich bei einzelnen Jugendlichen Veränderungen manifestierten, waren:

- Schul- und Arbeitsbereich
- Freizeit (Ausgang)

Anhand vieler Beispiele, welche die Veränderungen bezüglich dieser zwei Bereiche illustrierten, zeigte sich, dass die betreffenden Jugendlichen sowohl in der Schule und am Arbeitsplatz, als auch in ihrer Freizeit mehr Eigeninitiative und Motivation entwickelten und sich allgemein wohler fühlten.

3.2 Ergebnisse Follow-up-Studie: J-Kurs mit Jugendlichen zwei Jahre später

Zwei Jahre nach der ersten Untersuchung führte Astried Riedener eine Follow-up-Befragung mit dem gleichen Sample durch um die Langzeitwirkung des ZRM-J-Kurs zu untersuchen. Der Fokus lag auf folgenden Fragen:

1. Hielten die identitätsstiftenden Effekte des ZRM-J-Kurses an?
Mit dieser Frage untersuchte Riedener, ob sich qualitative Veränderungen bezüglich der vier Dimensionen des unmittelbaren Selbsterlebens auch zwei Jahre später noch nachweisen ließen.
2. Wirkte sich der Kurs nach wie vor generell auf die Alltagsbewältigung der jungen Frauen aus? Wenn ja, inwiefern?

Die Themen Aufrichtigkeit und Unechtheit wurden von Riedener nicht weiter verfolgt.

3.2.1 Identitätsstiftende Prozesse

In **Tabelle 2** werden die qualitativen Veränderungen, die sich bezüglich der vier Dimensionen des unmittelbaren Selbsterlebens aufzeigen ließen, aufgeführt.

In den Interviews berichteten die jungen Frauen, dass sie sich vermehrt oder unverändert gleich als Quelle ihrer Handlungen erlebten. Zudem waren sie sich ihrer Einzig- und Andersartigkeit vermehrt oder unverändert gleich bewusst geblieben. Auch konnten sie sich nach wie vor abgrenzen, stellten teilweise die Meinungen anderer Menschen vermehrt in Frage, empfanden ein ebenso starkes und in einem Falle sogar verstärktes Kohärenzgefühl bezüglich der eigenen Lebensgeschichte und konnten meistens noch immer besser oder ebenso gut über sich nachdenken, beziehungsweise sich selber aus Distanz betrachten. Zusammenfassend kann gesagt werden,

Tabelle 2: Ergebnisse der vier Dimensionen unmittelbaren Selbsterlebens in der Follow-up-Studie.

Agency	Drei junge Frauen hatten vermehrt das Gefühl, Quelle ihrer eigenen Handlung zu sein. Bei den anderen beiden Frauen war dieses Gefühl unverändert geblieben. +++//
Otherness	Zwei jungen Frauen wurde es bewusster, dass sie einzig-beziehungsweise andersartig sind. Zwei junge Frauen waren sich dieses Gefühls noch ebenso bewusst wie vor zwei Jahren. Dasselbe Bild zeigte sich bezüglich der Eigenschaft, die Meinung anderer Menschen stärker in Frage zu stellen als vor zwei Jahren. ++//-
Unity	Vier junge Frauen nahmen ein ebenso starkes Kohärenzgefühl bezüglich der eigenen Biographie wahr wie vor zwei Jahren. Bei einer Frau hatte sich dieses Gefühl sogar verstärkt. +////
Identity with oneself	Die Fähigkeit zur Selbstdistanzierung hatte sich in zwei Fällen verstärkt, bei zwei jungen Frauen war sie unverändert geblieben und in einem Fall hatte sie sich verringert. ++//-

Der Übersicht halber wurden die Ergebnisse auch quantitativ-symbolisch zusammengefasst: + bedeutet «verstärkt», / bedeutet «unverändert gleich», - bedeutet «vermindert».

dass die im ZRM-J-Kurs erreichten positiven identitätsstiftenden Effekte von den Befragten auch zwei Jahre später noch in den meisten Fällen eindeutig erlebt wurden und sich daher eine Langzeitwirkung bezüglich das subjektiven Identitätserlebens feststellen lässt.

3.2.2 Alltagsbewältigung

Alle fünf Befragten berichteten, dass sich das im Kurs entwickelte Ziel noch immer auf ihren Alltag auswirkte. Konkret ging es dabei wiederum um die Themen Selbstsicherheit und die Abgrenzung

anderen Menschen gegenüber. Anhand der von den jungen Frauen berichteten Beispielen konnte nachgewiesen werden, dass sie das Gelernte nicht bloß im geschützten Kurssetting sondern auch im Alltag umsetzen konnten.

Die von den fünf jungen Frauen geschilderten Themen waren Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen im Kontakt und in der Kommunikation mit ihren Mitmenschen.

4 Diskussion

Bezüglich aller vier Dimensionen des unmittelbaren Selbsterlebens zeigten sich bei den befragten Jugendlichen positive Veränderungen. Die Qualität des subjektiven Identitätserlebens differenzierte sich, was den Schluss zulässt, dass der ZRM-J-Kurs eine förderliche Wirkung auf die Identitätsentwicklung der jungen Frauen hatte: Sie nahmen sich vermehrt als Verursacherinnen ihrer Handlungen wahr, wurden sich ihrer Einzigartigkeit bewusster, erlebten ein verstärktes Kohärenzgefühl und ihre Selbstreflexionsfähigkeit entwickelte sich weiter.

Der ZRM-J-Kurs unterstützte die Jugendlichen dabei, echter zu werden, da sie die Fähigkeit erwarben, sich vermehrt und besser so zu zeigen, wie sie wirklich sind. Sie konnten besser zu sich und ihren Ansichten stehen und diese auch vertreten.

Es gelang allen fünf Jugendlichen, Inhalte, die sie im ZRM-J-Kurs gelernt hatten, auf Situationen in ihrem Leben zu übertragen und die entdeckten Ressourcen für ihre Alltagsbewältigung zu nutzen. Die Teilnahme am ZRM-J-Kurs unterstützte die fünf Befragten dabei, den vielfältigen Herausforderungen des Jugendalters kompetenter zu begegnen.

Riederers Follow-up-Studie ergab, dass die Teilnahme am ZRM-J-Kurs einen Langzeiteffekt hat. Die positiven Effekte, die zwei Jahren zuvor das subjektive Identitätserleben betreffend erreicht wurden, hatten sich teilweise verstärkt oder waren in den meisten Fällen erhalten geblieben. Auch bezüglich der Alltagsbewältigung war der Einfluss des im Kurs gelernten Ziels nach wie vor positiv spürbar. Es gelang den Befragten auch zwei Jahre später noch entsprechend ihres Zieles zu handeln. Die Themen, welche die Jugendlichen schon im ZRM-J-Kurs beschäftigten, waren die selben geblieben.

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass Jugendliche von der Teilnahme am ZRM-J-Kurs profitieren können. Sie erwerben Kom-

petenzen, die sie bei der Bewältigung der im Jugendalter anstehenden individuellen (Entwicklungs-)Aufgaben unterstützen können.

Literatur

- Blasi, A. (1988). *Identity and the Development of the Self*. In Labpsley, O. K. und Power, F. C. (Eds.). *Self, Ego and Identity*. New York: Springer. S. 226–242.
- Blasi, A. (1991). *The Self as Subject in the Study of Personality*. In Ozer, D., Helay, Jr., J. und Stewart, A. (Eds.). *Perspectives in Personality*. London: Jessica Kingsley Publishers. S. 19–37.
- Blasi, A. (1993). *Die Entwicklung der Identität und ihre Folgen für moralisches Handeln*. In Edelstein, W., Numer-Winkler, G. und Noam, G. (Hrsg.). *Moral und Person*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp. S. 119–147.
- Blasi, A. (1998). *Ego Development and the Adolescent Concern with Sincerity*. Unveröffentlichtes Manuskript. University of Massachusetts, Boston.
- Riedener, A. (2000). Zürcher Ressourcen Modell mit Jugendlichen – Zwei Jahre danach. Seminararbeit am Lehrstuhl für Pädagogische Psychologie I, Universität Zürich.
- Von Arx, E. und Szekeres, A. (1999). Zürcher Ressourcen Modell mit Jugendlichen. Theorie, Evaluation und Handbuch zum Kurs. Lizentiatsarbeit am Lehrstuhl für Pädagogisches Psychologie I, Universität Zürich.