

# Die Psychologie der Ich-Grenze

21. Juli 2009

Felix Schönbrodt  
Humboldt-Universität zu Berlin & LMU München

„Man kommt einfach nicht ran an ihn“

„Sie blockt total ab -  
es ist wie eine Mauer um sie“

„Er hat ein dickes Fell“

„Bei Kritik ist sie sehr dünnhäutig“

„Sie lässt einfach alles  
in sich rein“

- 1 Bestehende Konzepte der Ich-Grenze
- 2 Ein Modell der Ich-Grenze
- 3 Ein neuer Fragebogen + Validierung

3

## The Duality of Human Existence

„the fundamental modalities of life“

- Essay von David Bakan (1967)
- Zwei motivationale Grundzustände:

Communion

Fokus auf das „Wir“, Teilhabe an  
Gemeinschaft, Teil eines größeren  
Ganzen zu sein

Agency

Fokus auf sich selbst als  
abgegrenzte Einheit,  
Kontrolle, Mastery, Einfluss

Bakan, 1966; Horowitz et al., 2006

4

## Vorläufige Definition

- I. Communion & Agency sind zwei motivationale Zustände, die sich in einer konkreten Situation gegenseitig ausschließen ...
- II. ... aber auf lange Sicht nicht ohne einander auskommen.



6

## Vorläufige Definition

- I. Communion & Agency sind zwei motivationale Zustände, die sich in einer konkreten Situation gegenseitig ausschließen ...
- II. ... aber auf lange Sicht nicht ohne einander auskommen.
- III. Die Ich-Grenze ist ein Regulationsmechanismus, der den Wechsel zwischen beiden Systemzuständen regelt

7

Bestehende Konzepte  
von „Ich-Grenze“

# Boundary Questionnaire

Ernest Hartmann, Schlafforscher

- sehr breites Boundary-Konzept (13 Kategorien):
  - Vermischen von Gedanken und Gefühlen
  - Präferenz für gerade und eckige Linien und Räume
  - Unklare Wach-/ Traumgrenze
  - ...
- Fragebogen mit 138 Items und 13 Faktoren

9

# Differentiation of Self

M. Bowen (Familientherapeut), E. Skowron (Fragebogen)

- Differentiation = „... an individual's ability to maintain a sense of self while being in a relationship with another.“
- Vier Konzepte/ Subskalen:
  - Emotional Reactivity
  - Emotional Cutoff
  - Fusion with Others
  - I-Position
- Differentiation of Self Inventory (DSI): 45 Items

10

# DSI: deutsche Adaptation + Kurzskalen

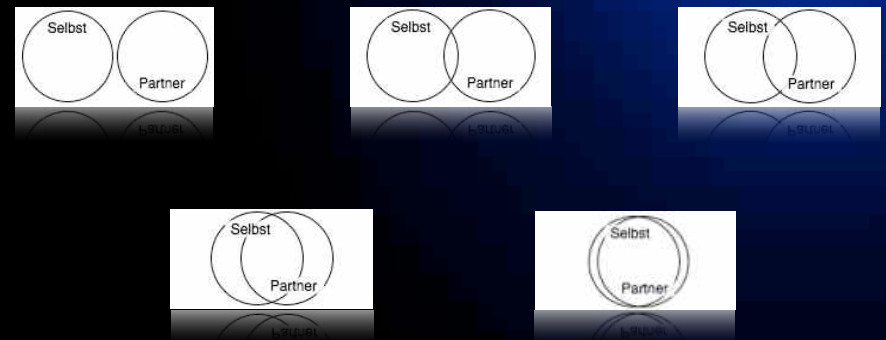
- Übersetzung der Items mit zwei Dolmetschern
  - Itemselektion → Kurzskalen (4 x 6 Items)
  - $\alpha_s > .75$
- Beispielitems:
  - Emotional Reactivity: „Manchmal werde ich von meinen Gefühlen überwältigt und habe dann Probleme klar zu denken.“
  - Emotional Cutoff: „Ich fühle mich oft unwohl, wenn Menschen mir zu nahe kommen.“
  - Fusion with Others: „Manchmal fühle ich mich richtig krank wenn ich mit meinem Partner gestritten habe.“
  - I-Position: „Normalerweise tue ich das, was ich für richtig halte, egal was andere dazu sagen.“

Schönbrodt (in prep.)

11

# IOS: Inclusion of Other into Self

Arthur & Elaine Aron: Self-Expansion Theory

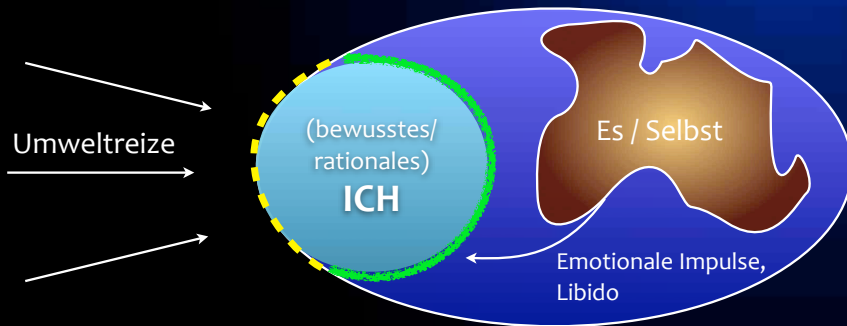


Aron, Aron, & Smollan, 1992

12

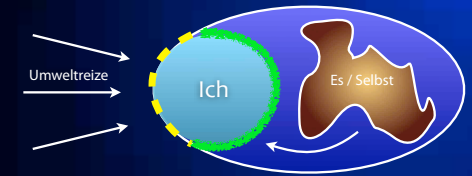
# Psychoanalyse

Freud, Jung, Federn, Reich, Mahler



13

# Psychoanalyse



- äußere Ich-Grenze: Abgrenzung gegen emotionale Impulse von anderen
- innere Ich-Grenze: Abgrenzung gegen Bedürfnisse (Libido) & Emotionen aus dem Es

14

## aktuelle Anknüpfungspunkte

... unter anderem Namen:

- „impulse vs. constraint“ (Überblicksartikel Carver, 2005)
  - Ego-Control (Block): innere Ich-Grenze
- „experiential permeability (EP)“ (Piedmont et al, 2009)
  - „EP refers to the psychological boundary or membrane that delineates the person from his or her environment.“ (p. 1247)

Piedmont, Sherman, Sherman, Dy-Liacco, & Williams, 2009; Carver, 2005

15

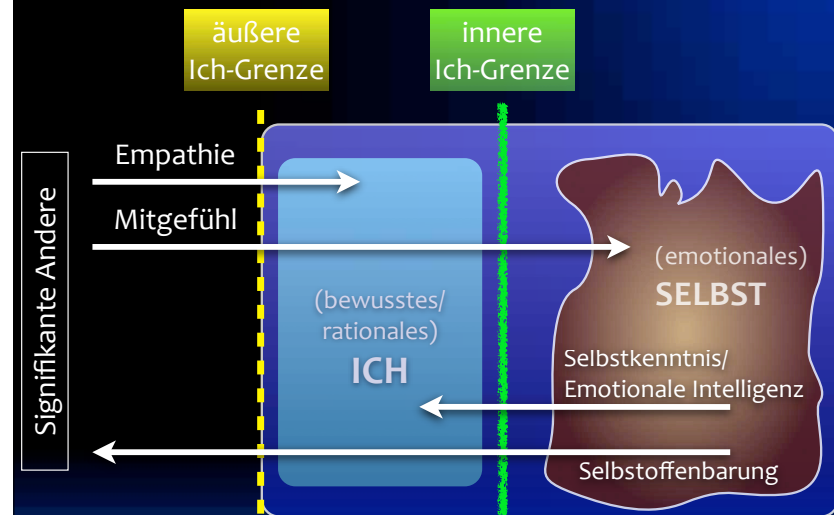
## Das Modell

- I. Communion & Agency sind zwei motivationale Zustände, die sich in einer konkreten Situation gegenseitig ausschließen...
- II. ... aber auf lange Sicht nicht ohne einander auskommen
- III. Die Ich-Grenze ist ein Regulationsmechanismus, der den Wechsel zwischen beiden Systemzuständen regelt
- IV. Die Funktion der Ich-Grenze ist die Durchleitung (oder Blockierung) von emotionalen Impulsen:
  - IV.a) von außen nach innen (Emotionen „reinlassen“)
  - IV.b) von innen nach außen (Emotionen „rauslassen“)
- V. Es gibt einen charakteristischen Wert, sowie eine Flexibilität der Ich-Grenzen (adaptive Anpassung an situationale Anforderungen)
- VI. Menschen unterscheiden sich differentiell in ihrem charakteristischen Wert als auch ihrer Flexibilität

17

## Vorläufige Definition

„Affektive Durchleitung“



18

## Empirische Annäherung

## Ich und Körper

- Ich = Körper
- Ich > Körper
  - z.B. „Verwachsung“ mit Auto oder Instrument
- Ich < Körper
  - z.B. bei starker Erschöpfung, das „Ich“ zieht sich zurück, Körperteile wie Fremdkörper

20

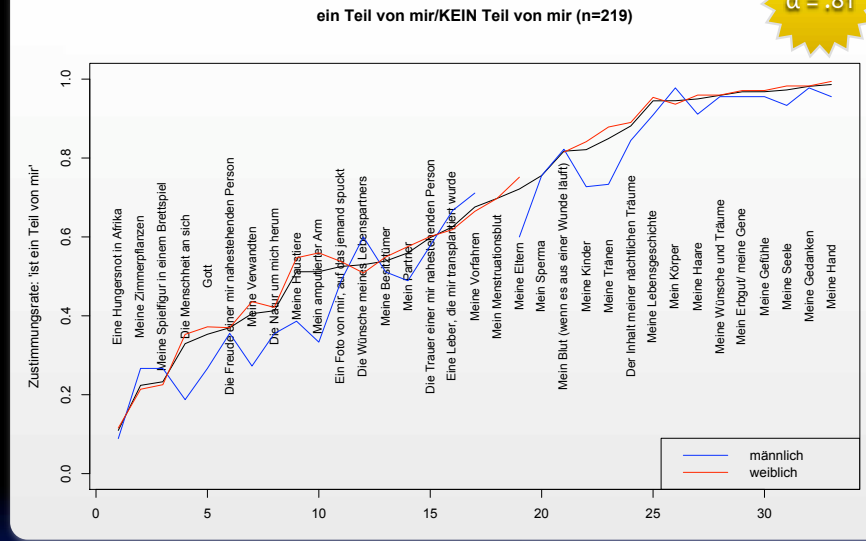
# Empirie: *me/not-me* (dichotom)

Ist ein Teil von mir/ ist KEIN Teil von mir:

- Hand
- Blut, das aus Wunde läuft
- Abgetrennter/ amputierter Arm
- eine transplantierte Leber
- Gedanken
- Gefühle
- der Partner
- die Kinder
- die Trauer meines Partners
- meine Zimmerpflanze
- meine Haare
- Menstruationsblut/ Sperma

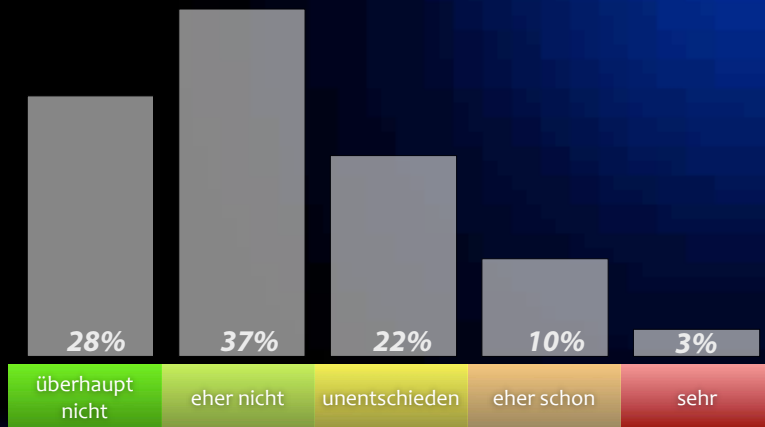
# *me/not-me* (dichotom, n=219)

$\alpha = .81$



# *me/not-me* (dichotom, n=219)

Wie schwer ist es Ihnen insgesamt gefallen, die verschiedenen Dinge zu beurteilen?



# *me/not-me* (kontinuierlich, n=89)

$\alpha = .86$

Wenn man zu lange darüber nachdenkt, kommt einem diese Frage bei manchen Dingen komisch vor. Es hat sich jedoch gezeigt, dass Menschen sehr schnell und intuitiv entscheiden können, ob etwas "ein Teil von ihnen" ist oder nicht.

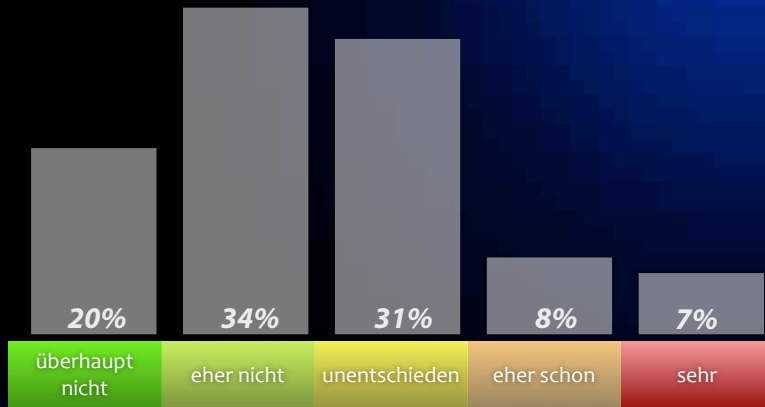
Also: Vertrauen Sie Ihrer Intuition! Denken Sie kurz an das entsprechende Objekt und entscheiden Sie spontan: Ja, das ist ein Teil von mir/ das bin ich - oder Nein, das ist KEIN Teil von mir/ das bin NICHT ich.

Manche der Fragen sind auf ein bestimmtes Geschlecht gemünzt - falls diese nicht passen, lassen Sie die Frage bitte einfach aus.

Frage	1 = ist ein Teil von mir	2	3	4	5	6 = ist KEIN Teil von mir
Meine Hand ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mein Blut (wenn es aus einer Wunde läuft) ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Meine Tränen ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mein Sperma ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mein Menstruationsblut ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mein Partner ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Meine Haare ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

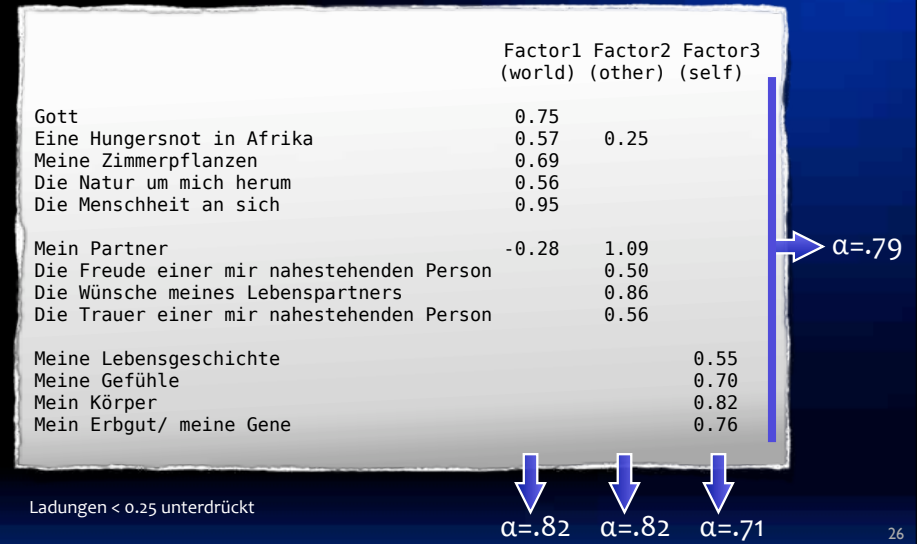
# me/not-me (kontinuierlich, n=89)

Wie schwer ist es Ihnen insgesamt gefallen, die verschiedenen Dinge zu beurteilen?



# me/not-me

Binnenstruktur: Hauptachsen-Analyse mit Promax-Rotation



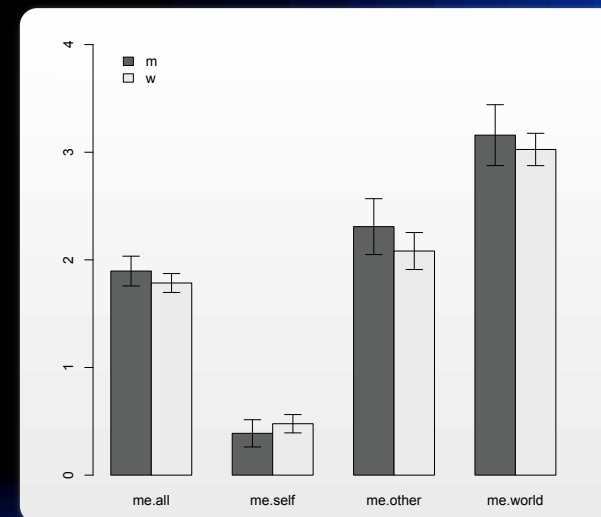
# me/not-me

Binnenstruktur: Interkorrelationen

	me.all	me.self	me.other	me.world
me.all	1			
me.self	0.27*	1		
me.other	0.73***	-0.16	1	
me.world	0.84***	0	0.41**	1

# me/not-me

Geschlechtsunterschiede



# me/not-me

Konvergente Validität: hohe Werte = dicke Ich-Grenze

Skala	me.all	me.self	me.other	me.world
Intimitätsmotiv	-0.38 **		-0.38**	
Autonomiemotiv	0.43 ***		0.47***	0.27*
IOS (Ist)	-0.29 *		-0.34**	
IOS (Soll)	-0.40 **		-0.56***	-0.27*
Attachment (Secure)		-0.39**		
Attachment (Anxious)		0.42***		
Attachment (Preocc.)				-0.27*
Attachment (Dismissing)	0.48***		0.45***	0.41**
DSI: Emotional Reactivity			-0.31*	
DSI: Emotional Cutoff		0.35**		
DSI: Fusion with Others	-0.27*		-0.27*	-0.32*
DSI: I-Position		-0.34**	0.37**	
Boundary Questionnaire	0.26*		0.37**	

29

# Fragen

- Anknüpfung Forschung zu (sozialer) Identität?
- Vielversprechendes Konstrukt/ Maß?  
Wie weitermachen?

