

## Der Mensch und sein Ich

Dieter Nigg

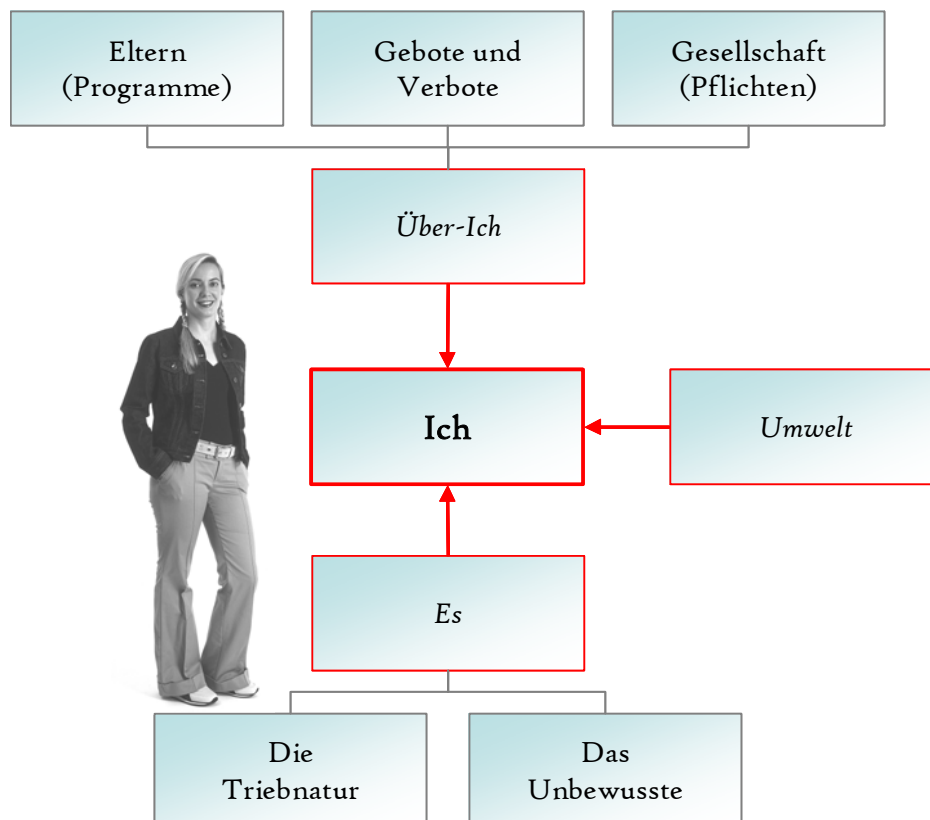
aus Erkenntnissen von Abraham Maslow, Sigmund Freud, Rolf Schirm und Michael Birkenbihl

Der Mensch lebt, bildlich gesprochen, in drei verschiedenen Motivationsebenen.

Die erste Ebene ist das **Es**. Das Es ist ein von Sigmund Freud eingeführter Sammelbegriff für alles, was im Unterbewusstsein beheimatet ist, u.a. die Triebe, die Antriebe, das Verdrängte und die Aggressionen.

Nun scheidet sich, normalerweise während des dritten oder vierten Lebensjahres, von diesem unterbewussten Potential ein Teil ab, der zur Grundlage einer neuen seelischen Instanz wird: das **Ich**. Von da an empfindet sich der Mensch als Individuum, als Persönlichkeit, die Distanz zur Umwelt hat.

Die dritte Instanz ist das **Über-Ich**. Auch das ist ein von Sigmund Freud definierter Terminus, der die Summe aller Gebote und Verbote umschreibt, denen der Mensch unterworfen ist. Die Gebote und Verbote haben eine dreifache Wurzel. Die **ethischen** Gebote, in der Regel durch die Religion vermittelt. Die **moralischen** Gebote, die sich die Gesellschaft auferlegt hat, um das Zusammenleben in geordneten Konventionen ablaufen zu lassen. Weil sich aber die meisten Menschen freiwillig weder an ethische noch an moralische Gebote halten, hat der Staat, in dem wir leben, **Gesetze** mit Strafandrohung erlassen.



## Die ausbalancierte Mitte

Wir sehen aus dem vorhergehenden Bild, dass das *Ich* einen ausserordentlich schweren Stand hat. Es wird einerseits vom *Es* bedrängt, andererseits vom *Über-Ich* und zuletzt noch von der *Umwelt*, in der ein Mensch lebt.

Von der *Umwelt* her wird der Mensch ständig in Konflikte gestürzt, die Entscheidungen von ihm fordern. Aus dieser dreifachen Bedrängnis des *Ichs* ergibt sich die Tatsache, dass es vielen Menschen nicht gelingt, ein starkes *Ich* zu entwickeln.

Aus psychologischer Sicht ist deshalb die Frage nach dem Glück ganz einfach zu beantworten:

**Glücklich ist jener Mensch, dem es gelungen ist, trotz der Bedrängnisse durch *Es*, *Über-Ich* und *Umwelt* eine harmonische und ausbalancierte Mitte zu entwickeln.**