

Selbsterziehung: eine Tätigkeit, mit der der Mensch das Ziel verfolgt, seine Persönlichkeit zu vervollkommen (RUWINSKI, 1972). Die S. impliziert eine hohe Ausprägungsstufe der *j Selbststeuerung* und beruht sowohl auf der Fähigkeit als auch auf der Bereitschaft des Subjekts, bewußt und beharrlich an sich selbst mit dem Ziel zu arbeiten, bei sich wertvolle, gesellschaftlichen Normen und Idealen verpflichtete Persönlichkeitseigenschaften und -züge herauszubilden, unerwünschte und negative Eigenschaften möglichst nicht erst entstehen zu lassen bzw. durch Umerziehung zu beseitigen. Mit diesen Bestimmungsaspekten der S. als Selbstvervollkommnung der Persönlichkeit wird über einseitig individualistische Auffassungen hinausgegangen.

Aus *bedingungsanalytischer* Sicht ist die S. ein führender, entscheidender Entwicklungsfaktor der Leistungs- und Verhaltenseigenschaften der Persönlichkeit. Zugleich ist die S. Komponente des pädagogischen Gesamtprozesses in seiner dialektischen Einheit von Erziehung und S.

Die *Tätigkeitscharakteristik* der S. läßt sich als der vom Subjekt beabsichtigte, regulierte und realisierte Prozeß der *f Aneignung* pädagogischer Verhaltensmuster (LEONTJEW, RUBINSTEIN, WYGOTSKI, RUWINSKI) und deren Transformation in personal-relevante, wertbezogene Verhaltensmuster auffassen. Die S. wird durch den Ausprägungsgrad, die Intensität und das Niveau des inneren Widerspruchs zwischen Gesolltem und Gewolltem mitbestimmt. Das Zweckmotiv, sich selbst erziehen zu wollen, wird als spezifischer Tätigkeitsinhalt zunehmend bewußt herausgehoben und zugleich als Mittel der Einwirkung auf sich selbst verwendet. Mit dem Bewußtmachen der Realisierungsmöglichkeit, sich selbst zu positiven Eigenschaften erziehen zu können, ist zugleich über die dazu erforderlichen Mittel und Verfahrensweisen zu informieren. Das geschieht z. B. durch Übung und Training der Fähigkeit für *Î Selbstkontrolle* und *Selbstkritik* sowie durch Stärkung der Überzeugung von der Veränderbarkeit eigener Eigenschaften und Erhöhung der Risikobereitschaft bei der übernommenen Selbstverpflichtung, sich ändern zu wollen.

Mit zunehmendem Lebensalter wächst—besonders beim Jugendlichen—der Anteil aktiver, selbsterzieherischer Tätigkeitsweisen. Zugleich verstärkt und erhöht sich die positive Einstellung zur S., die Tendenzen und das Bedürfnis zur persönlichen Vervollkommnung werden inhaltlich präziser, die Realisierungsabsichten und Gewißheiten werden erhöht. Die direkte, unmittelbare erzieherische Lenkung nimmt ständig ab. Beginnend mit einfachen, konkreten Formen selbstgewollter und durchgeführter, bestätigter und gewerteter Handlungskorrektur auf dem Hintergrund des Wunsches, sich positiv ändern zu wollen, verläuft der Entwicklungsweg bis hin zur S. als relativ selbständiger,

autonomer, permanent wirksamer Prozeß. Für die S. gewinnen Ideale, Gesinnungen, Leitbildvorstellungen, Überzeugungen, Gewissensinhalte sowie spezielle pädagogische Maßnahmen und Einwirkungen als Lob bzw. Tadel, Kritik, Strafe, kollektive Tätigkeit regulierende Bedeutung.

Die Genese der S. mit zunehmender Verfestigungstendenz zur habitualisierten Verhaltensform und Persönlichkeitseigenschaft wirkt sich auf alle psychischen Prozesse, Eigenschaften und Besonderheiten der Persönlichkeit aus.

I Selbstkontrolle, f Selbstkritik.

Selbstexploration: das Äußern von Erlebnisinhalten mit der Tendenz zur Klärung persönlicher Schwierigkeiten. In der *I Gesprächstherapie* ist S. diejenige Variable des Patientenverhaltens, die unmittelbar zu Änderungen führt. Außerdem ist sie mittelbar wichtig, weil durch S. der Therapeut Material zum *Î Verstehen* und *Î Verbalisieren* bekommt.

Für die Psychotherapieforschung hat es sich als nützlich erwiesen, S. quantitativ und nach Qualitätsstufen zu bewerten, und zwar von bloß äußerlichen, unpersönlichen Bemerkungen, sog. *externalen Äußerungen*, bis zu persönlich bedeutsamen, wirklich die inneren Schwierigkeiten betreffenden, d. h. *wesentlichen internalen Äußerungen*. Das Ausmaß der S. in der Gesprächstherapie ist mitbedingt durch Variablen des Therapeutenverhaltens.

Selbstexpression: Äußerung persönlicher Erlebnisse und Schwierigkeiten, besonders in der Gesprächstherapie. Der Grad der S. wird bestimmt am Ausmaß der Äußerung internaler, wesentlicher, in der Regel emotionell bedeutsamer Mitteilungen. Von manchen Autoren (ROGERS, TRUAX) ist besonders das Sich-Erkunden und das Finden von Klärungen mitbeachtet worden, was sie dazu führte, den Begriff *Selbstexploration* zu bevorzugen.

Selbstgefühl: das Erleben seiner selbst in der jeweils konkret gegebenen Eigenart, Verlaufsform und Ausprägtheit psychophysischer Zustände und Eigenschaften mit den durch sie mitbedingten Leistungs- und Verhaltensresultaten.

Das tätige, handelnde, erlebende Subjekt weiß, erkennt und wertet sich selbst in bezug auf seine Kräfte, Leistungsmöglichkeiten und Grenzen, z. B. in Form des Selbstvertrauens, der Selbstsicherheit, in bezug auf seine soziale Position, seine Bedeutungshaltigkeit und Wertigkeit, die sich z. T. auch als Minderwertigkeitsgefühle oder unkritische Überheblichkeit äußern können. Auf diese Weise entsteht eine emotional fundierte Gesamthaltung der Persönlichkeit.

S.e entstehen durch zunehmend bewußte Verarbeitung und Anerkennung normbezogener Wertungen individueller Leistungs- und Verhaltensergebnisse. Ausgehend von der Einheit zwischen Objektivem und Subjektivem ist das S. notwendig an die Subjekt-Objekt-Distanzierung im Sinne zunehmender Objektivierung des Selbst gebunden. Das S. ist eine wesentliche Teilerscheinung des *j Selbstbewußt-*