

Steve Ayan: „Die Revolutionäre des Ich. Und die Erfindung des modernen Selbst“

Radikal Selbstbezogen

Von Benjamin Knödler

Deutschlandfunk Kultur, Lesart, 08.09.2026

Die intensive Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit und die Arbeit an einem glücklichen Leben im Einklang mit den eigenen Bedürfnissen prägen unsere Gegenwart. Steve Ayan fragt sich, wie wir hier gelandet sind. Der Heidelberger Psychologe findet Antworten in der Psychoanalyse.

Bei Erich Fromm denkt man eher an Psychoanalyse, an Marxismus oder Frankfurter Schule als an windige Life-Coaches oder andere Selbstoptimierer der Gegenwart. Dabei haben die Ideen Fromms einiges mit der omnipräsenten Auseinandersetzung mit dem eigenen Selbst zu tun, die unsere Gegenwart – zwischen „Soulfluencern“ auf Social Media und dem x-ten Ratgeber-Buch für ein erfülltes Leben – prägt. Das zumindest ist die These des Psychologen Steve Ayan. Die Frage, der er in „Die Revolutionäre des Ich“ nachgehen will: „Weshalb gilt dieses „bei sich sein“ vermeintlich als Garant für Glück“?

Hier kommt jetzt Erich Fromm ins Spiel. Und nicht nur er, sondern auch drei weitere Denkerinnen und Denker, die die Auseinandersetzung mit dem Ich im 20. Jahrhundert maßgeblich prägten: Karen Horney, Paul Watzlawick und Alice Miller. Sie alle Revolutionäre, die, so heißt es im Untertitel, zur „Erfindung des modernen Selbst“ beigetragen haben. Horney und Fromm suchten Antworten jenseits des Psychoanalyse-Übervaters Sigmund Freud und legten den Fokus auf den Einfluss der gesellschaftlichen Verhältnisse bei der Formung des Ichs. Alice Miller betrachtete die Auseinandersetzung mit frühkindlichen Traumata als konstitutiv für eine Heilung. Paul Watzlawick dachte Kommunikation und seelische Leiden zusammen.

Weit mehr als anekdotisches Geplauder

Blickt man auf den Einfluss dieser Forschenden, überrascht es nicht, dass man „Die Revolutionäre des Ich“ auch als Geschichte der Psychoanalyse im 20. Jahrhundert lesen kann. Das Buch gerät dabei zum „Crashkurs“ dieser Theorien. Unterhaltsam ist das obendrein, denn Steve Ayan erzählt gut und gerne. Die Rekonstruktion der Ideen mischt er mit persönlichen Anekdoten aus dem Leben der Theoretiker, manchmal auch angereichert mit eigenen fiktionalen Elementen – historisch fundiert und durchaus plausibel, wie er schreibt.

Steve Ayan

Die Revolutionäre des Ich. Und die Erfindung des modernen Selbst

dtv, München, 2026

336 Seiten

26,00 Euro

Und so sitzt man am Esstisch der Familie Miller, an dem der Sohn der Psychoanalytikerin Alice Miller unter dem tyrannischen Vater leidet. Oder man erlebt, wie Erich Fromm und Karen Horney sich näherkommen, ein Paar werden, verliebt durch den Central Park spazieren und später gemeinsam auf Reisen gehen. So entsteht auch ein Porträt der intellektuellen Gesellschaft zwischen dem Berlin der Zwanzigerjahre und den USA der Exil-Intellektuellen, geprägt von den Unsicherheiten der Nazi-Diktatur, des Zweiten Weltkriegs und auch des Kalten Kriegs. All das hat das Denken geprägt – und beeinflusst damit auch indirekt die Gegenwart.

Klarer Blick auf die Argumente

Darum geht es Steve Ayan eigentlich: die großen Linien aufzuzeigen. So lässt er sich auf die unterschiedlichen Theorien ein, rekonstruiert sie mit großer Klarheit, arbeitet inhaltliche Brüche heraus, die er in den Denk-Konstrukten der vier „Revolutionäre“ erkennt, und zeigt auch unfreiwillige Konsequenzen ihrer Ideen auf. Zu denen gehört dann vor allem, dass der Acht-samkeitskult und die Self-Care-Industrie der Gegenwart ohne die vier und ihr Gespür für Öffentlichkeit nicht denkbar gewesen wären. Etwa ohne die Idee, dass das Individuum sich selbst aus gesellschaftlichen Zwängen befreien müsse.

Dass der Autor diese Tendenz kritisch sieht, ist unübersehbar. Selbstbewusst geht er mit seinen Protagonisten ins Gericht. Deren Einfluss redet er keineswegs klein, schreckt aber auch vor scharfzüngigen Einordnungen nicht zurück – zum Beispiel, wenn er Alice Miller „erstaunlich eindimensionale Thesen“ attestiert. Vor diesem Hintergrund ist es dann auch kaum noch verwunderlich, dass Steve Ayan am Ende dafür plädiert, das Seelenheil gar nicht im „wahren Ich“ finden zu wollen.