

### **Rotherbaron:**

#### **Schämt euch!** ***Ein kurzes Lob der Scham***

Beginnen wir zur Abwechslung mal mit einem Selbstversuch: Man stelle sich eine Person vor, die in einem Supermarkt eine Dosenpyramide umstößt. Im Folgenden präsentiere ich euch drei mögliche Reaktionsweisen: Wie verändern diese das Bild, das wir uns von der Person machen? Welche Charakterzüge schreiben wir ihr jeweils zu?

1. Die Person zeigt keinerlei Reaktion und geht weiter, ohne sich um die umgeworfenen Dosen zu kümmern.
2. Die Person zeigt keinerlei Reaktion, richtet aber die Pyramide wieder auf.
3. Die Person blickt sich peinlich berührt um und richtet dann die Pyramide wieder auf.

Die Versuchsanordnung entstammt einem Film, den der Sozialpsychologe Gün R. Semin Probanden vorgespielt hat. Dabei wurde die Person erwartungsgemäß negativ beurteilt, wenn sie einfach weitergegangen ist. Richtete sie die Pyramide wieder auf, ohne eine Reaktion zu zeigen, wurde sie als souveräner, reifer Mensch beurteilt. Zeigte sie sich zusätzlich peinlich berührt, wurde sie als warmherziger, liebenswürdiger Mensch eingestuft (vgl. Semin 1981, S. 26 f.).

Die Ergebnisse zeigen, dass das Verhalten der Person in jedem Fall als – wenn auch unbeabsichtigter – Regelverstoß gewertet wird, als Verursachung eines Schadens, der wiedergutzumachen ist. Damit bewegen wir uns bei der Beurteilung der erstgenannten Reaktion ausschließlich auf der Ebene der Schuld: Die Missbilligung des Verhaltens beruht auf der Verurteilung einer Haltung, welche die eigene Schuldhaftigkeit nicht anzuerkennen bereit ist.

Bei der Beurteilung der zweiten und dritten Reaktionsweise bewegen wir uns dagegen zusätzlich auf der Ebene der Scham. Deutlich wird dabei zunächst, dass das Schamgefühl gewissermaßen eine Art Zugabe ist, etwas, dessen es nicht unbedingt bedarf, um ein schuldhafes Verhalten zu erkennen und es zu korrigieren. Psychoanalytisch gesprochen, ließe sich die Ebene der Schuld als Konflikt zwischen Ich und Über-Ich deuten, also als innere Auseinandersetzung zwischen der konkreten Handlungsweise des Ichs und dem internalisierten Regelkanon einer Gemeinschaft. Auf der Ebene der Scham müsste man dagegen von einem Konflikt zwischen Ich und Ich-Ideal sprechen, also als Ringen zwischen dem konkreten Erscheinungsbild des Ichs und dem Wunschbild, das es von sich hat.

Diese Unterscheidung erscheint zunächst spitzfindig, ist jedoch in mancherlei Hinsicht notwendig. Im konkreten Fall bedeutet sie, dass die Person im Falle der zweiten Reaktion ihr Fehlverhalten zwar anerkennt, ihm jedoch innerlich gleichgültig gegenübersteht. Gäbe es eine Regel, wonach die von den Kunden angerichteten Schäden grundsätzlich von den Supermarktmitarbeitern behoben werden müssen, würde sie wohl keine Verlassung sehen, die Dosenpyramide wieder aufzurichten. Die Einsicht in das fehlerhafte Verhalten bleibt abstrakt.

Die dritte Reaktionsweise lässt sich in zweierlei Weise deuten: Entweder haben wir es mit einer überangepassten Person zu tun, die ihr Ich-Ideal durch einen Konflikt mit dem Über-Ich beeinträchtigt sieht. Oder aber das Ich-Ideal ist durch den angerichteten Schaden selbst und die durch ihn verursachten Unannehmlichkeiten für andere, unabhängig von der sozialen Verurteilung des Verhaltens, beeinträchtigt.

Diese Unterscheidung ist deshalb wichtig, weil Über-Ich und Ich-Ideal ja keinesfalls immer deckungsgleich sind. Vielmehr kann auf der Ebene des Ich-Ideals etwas abgelehnt werden, was auf der Ebene des Über-Ichs geboten erscheint. Mit anderen Worten: Ein starkes Ich-Ideal – und das dazugehörige Schamgefühl, in dem dieses sich auf der emotionalen Ebene manifestiert – ist der Garant dafür, dass das Ich die jeweils gültigen Regeln nicht blind befolgt, sondern sie in ihrer Sinnhaftigkeit hinterfragt und ggf. bewusst missachtet oder modifiziert. Gerade in autoritären Gesellschaften ist gelebter Widerstand anders kaum vorstellbar. Angesichts der Bedeutung, die dem Schamgefühl somit als sozialem Regulativ zukommt, müsste diese Emotion eigentlich von hoher Wertschätzung begleitet sein. Die Ergebnisse aus dem oben zitierten Experiment sind hier jedoch weniger eindeutig. Zwar wird ein Mensch, der auf einen Regelverstoß hin eine Verlegenheitsreaktion zeigt, mit Warmherzigkeit und Liebenswürdigkeit assoziiert. Souveränität und persönliche Reife attestiert man jedoch eher demjenigen, der kein Schamgefühl erkennen lässt. Einen schamhaften Menschen wünscht man sich also vielleicht als Freund. Für das eigene gesellschaftliche Fortkommen orientiert man sich jedoch eher an demjenigen, der ohne Schamreaktionen auskommt.

Die Versuchsergebnisse verdeutlichen damit auch die Ambivalenz, die für die Beurteilung des Schamgefühls charakteristisch ist. Es handelt sich dabei um etwas, das man sich bei anderen wünscht, an sich selbst aber nach Möglichkeit unterdrücken möchte. Um besser zu verstehen, warum das so ist, erscheint es sinnvoll, die tiefere, existentielle Bedeutung des Schamgefühls in die Betrachtung miteinzubeziehen.

Eine besonders gründliche Analyse der existentiellen Dimension des Schamgefühls hat Jean-Paul Sartre vorgelegt. Er verweist vor allem auf die unmittelbare Seins erfahrung, die durch das Schamgefühl vermittelt werden kann. Für ihn ist Scham im Wesentlichen bestimmt durch das plötzliche Bewusstsein der eigenen Leiblichkeit, wie sie am deutlichsten im Erröten und in den zuweilen damit verbundenen Schweißausbrüchen zum Ausdruck kommt. Das Entscheidende dieses Bewusstseins ist jedoch, dass es uns nicht auf unseren Leib, wie wir ihn wahrnehmen, sondern auf unseren Leib, wie er anderen erscheint – und das heißt: auf seine objektive Gegebenheit – verweist: "Es sieht dann so aus, als erfülle der andere für uns eine Funktion, die wir selbst nicht erfüllen können und doch erfüllen sollten: uns zu sehen, wie wir sind" (Sartre 1943/1952, S. 456 f.).

Das Schamgefühl erweist sich damit als Reaktion auf den Blick des anderen, der meinen Körper meiner subjektiven Wahrnehmungssphäre (dem Für-sich-Sein, in der Sprache Sartres) entreißt und ihn dem An-sich-Sein des objektiv Vorhandenen subsumiert. Es ermöglicht mir damit eine Form der Selbstvergewisserung, indem es mich die Faktizität meiner Existenz erfahren lässt. Eben dies bedeutet aber zugleich, dass ich mir im Moment der Beschämung selbst fremd werde, ja, dass ich mir dann gewissermaßen nicht mehr selbst gehöre. Für Augenblicke ist mein Bewusstsein ganz von dem Bewusstsein durchdrungen, das der andere von mir hat.

Nun empfinden wir allerdings nicht immer Schamgefühle, wenn wir die Blicke anderer auf uns ruhen fühlen. Das Auftreten von Schamgefühlen hängt vielmehr von einer Reihe zusätzlicher Faktoren ab. Diese sind teilweise sozial motiviert, teilweise aber auch in der Persönlichkeit des sich Schägenden begründet. Dass beides eng miteinander zusammenhängt, wurde bereits oben deutlich gemacht: Das Verletzen von Regeln ist ein starker Impuls für Schamgefühle; die individuelle Ausprägung derselben variiert jedoch von Mensch zu Mensch, je nach den individuellen Voraussetzungen.

In ähnlicher Weise sind Nacktheit und bestimmte Körperfunktionen zwar in bestimmten Situationen tabuisiert und damit schamhaftet, doch sind nicht alle gleichermaßen beschämt, wenn sie von anderen nackt oder bei der Verrichtung ihrer Notdurft gesehen wer-

den. Im Extremfall kann sich die Scham sogar in ihr Gegenteil, den Exhibitionismus, verkehren – wobei sich die exhibitionistische Lust zum Teil aus der bewussten Übertretung des Tabus, zum Teil aber, mit Sartre, auch aus dem gesteigerten Erleben der eigenen Körperlichkeit herleiten lässt. Daneben ist sie freilich auch schlicht eine regressive Form von Sexualität, die einem Zurückfallen auf die Stufe der kindlich-'schamlosen' Schau- und Zeigelust entspricht. Den individuellen Unterschieden im Umgang mit tabuisierten Körperregionen und -funktionen entspricht der historische Wandel, der dabei zu beobachten ist. So sieht Norbert Elias in der sukzessiven Einschränkung der körperlichen Freizügigkeit, wie sie sich etwa in den mittelalterlichen Badehäusern manifestierte, und der sich darin ausdrückenden stärkeren Triebkontrolle eine entscheidende Voraussetzung des neuzeitlichen Zivilisationsprozesses (vgl. Elias 1939/1976). Freudianisch gesprochen, würde dieser damit auf einem umfassenden Sublimierungsprozess beruhen.

In jüngster Zeit sind die Tabuzonen zwar wieder etwas aufgeweicht worden. Niemand stört sich im Sommer mehr an nackter Haut, FKK-Strände gehören längst zum Alltag. Gerade letzteres Beispiel zeigt jedoch umgekehrt auch, dass Nacktheit nach wie vor reglementiert ist und längst nicht überall und in jeder Situation akzeptiert ist. Eben deshalb ist sie dort, wo man sie nicht aus eigenem Antrieb lustbetont auslebt, auch noch immer schamhaftet – man denke etwa an Reihenuntersuchungen beim Militär oder an eine Ganzkörperkontrolle beim Zoll.

In einer kritischen Auseinandersetzung mit Elias weist Duerr allerdings darauf hin, dass Nacktheit vor anderen nicht per se mit Schamlosigkeit und der von Elias damit assoziierten niedrigeren kulturellen Entwicklungsstufe verknüpft sein muss. Als Beispiel führt er das "Phantomkleid" an, mit dem nackte Japanerinnen in den gemischten Badehäusern des 19. Jahrhunderts ihren Leib symbolisch vor anderen verborgen hätten (vgl. Duerr 1988, S. 152 und 119 ff.). Analog dazu verweist Eibl-Eibesfeldt auf die Bedeutung der Schnur, die sich die Yanomani-Frauen in Venezuela um die Taille winden. Obwohl diese den Körper in keiner Weise bedecke, fungiere sie doch als symbolische Verhüllung, deren Ablegung als ähnlich erotisierend empfunden werden mag wie hierzulande ein Striptease (vgl. Eibl-Eibesfeldt 1976, S. 99).

Jean-Paul Sartre leitet diese Wirkung einer imaginierten Bekleidung aus dem Wesen der Anmut ab. Deren Kennzeichen sei es, dass sie die "Faktizität" des Körpers umhülle und verberge. Dies gelte auch und gerade für einen entblößten Körper. Die "Nacktheit des Fleisches" sei dann zwar "ganz gegenwärtig", könne aber dennoch nicht wahrgenommen werden: "Der anmutigste Leib ist ein nackter Leib, den seine Bewegungen mit einem unsichtbaren Kleid umhüllen, wobei sie sein Fleisch gänzlich den Blicken entziehen, obwohl es für die Augen der Zuschauer vollkommen gegenwärtig ist" (Sartre 1943/1962, S. 512 f.).

Anmut steht dabei nicht im Widerspruch zum Bewusstsein der eigenen Nacktheit vor anderen. Als generalisierte Haltung setzt sie stattdessen gerade die Internalisierung des Blicks der anderen voraus. Das daraus resultierende Verhalten könnte man wohl am ehesten als 'Schamhaftigkeit' charakterisieren.

Eine solche Schamhaftigkeit im Umgang mit anderen scheint es nun auch auf geistigem Gebiet zu geben. Ein erster Hinweis darauf ist die von Eibl-Eibesfeldt (1976, S. 132) beschriebene Weigerung mancher Ureinwohner, Fremden ihren Namen zu verraten. Die sich hierin ausdrückende Scheu, zu viel von sich preiszugeben, die Nietzsche als "Maske" der Scham beschreibt (vgl. Wurmser 1981, S. 11; Planckh 1998; Bammel 2011, S. 225 ff.), lässt sich auch auf komplexere geistige Inhalte übertragen. Sie bezieht sich dann allerdings nicht nur auf die Angst, sich selbst durch bestimmte Äußerungen bloßzustellen. Vielmehr manifestiert sich in

ihr allgemein ein besonderes Bewusstsein für die Komplexität zwischenmenschlicher Beziehungen, also immer auch eine Sensibilität für andere und ihre Verletzlichkeit.

Als generalisierte Haltung kann sich diese geistige Schamhaftigkeit auch auf einen selbst und die eigene Existenz beziehen, also nicht nur im Umgang mit anderen wirksam werden. Sie entspräche dann einem verstärkten Bewusstsein der eigenen Faktizität, wie sie von Sartre beschrieben worden ist, und damit auch des Zum-Tode-Seins. Folglich hat der schuldlos zum Tode verurteilte Protagonist in Franz Kafkas *Prozess*, als er am Ende "wie ein Hund" stirbt, auch das Gefühl, "als sollte die Scham ihn überleben".

Auch hier zeigt das Schamgefühl wieder sein janusköpfiges Gesicht. Als übersteigertes Empfinden der eigenen Körperlichkeit kann es zum einen pathologische Züge annehmen. Die Auswirkungen der Angst vor dem "Medusenblick" der anderen (Fenichel, zit. nach Wurmser 1981, S. 22), die einen auf die eigene Faktizität zurückwerfen, können dabei von der Erythrophobie, der krankhaften Angst vor dem Erröten, bis zu katatonie- und stuporähnlichen Zuständen reichen. Das Gefühl, sich in der Schamsituation fremd zu sein, kann sich dann zu schizoiden Depersonalisierungserscheinungen steigern, wie sie von Wurmser (ebd., S. 20) beschrieben werden.

Bleibt Schamhaftigkeit dagegen lediglich als eine Art Grundton in den Gedanken und Gefühlsäußerungen eines Menschen präsent, so schlägt sie sich in einer ähnlichen Unaufdringlichkeit nieder, wie sie für den Bereich der Körperlichkeit als Anmut beschrieben wurde. Sie ist dann eine Art Impfstoff gegen Selbstüberschätzung und Selbstbezogenheit und erleichtert so den zwischenmenschlichen Umgang. Als geistiges Äquivalent zu der auf den Körper bezogenen Anmut könnte man eine solche Haltung wohl am ehesten als Demut bezeichnen.

## Literatur

- Baer, Udo / Frick-Baer, Gabriele: Vom Schämen und Beschämten. Weinheim und Basel 2008: Beltz (Reihe *Bibliothek der Gefühle*).
- Bammel, Christina-Maria: "Unästhetisch ist im letzten Grunde immer auch unmoralisch ..." Zur Relevanz der Scham im Theater und dramatischen Denken. In: Bauks/Meyer, S. 217 – 232.
- Bauks, Michaela / Meyer, Martin F. (Hg.): Zur Kulturgeschichte der Scham. Archiv für Begriffsgeschichte, Sonderheft 9. Hamburg 2011: Meiner.
- Duerr, Hans Peter: Der Mythos vom Zivilisationsprozess, Bd. 1: Nacktheit und Scham. Frankfurt/Main 1988: Suhrkamp.
- Eibl-Eibesfeldt, Irenäus: Menschenforschung auf neuen Wegen. Die naturwissenschaftliche Betrachtung kultureller Verhaltensweisen. Wien/München/Zürich 1976: Molden.
- Elias, Norbert: Über den Prozess der Zivilisation (1939), Bd. 2. Frankfurt/Main 1976: Suhrkamp.
- Hilgers, Micha: Scham. Gesichter eines Affekts. Göttingen 1996: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Kafka, Franz: Der Proceß (1925), herausgegeben von Malcom Pasley. Frankfurt/Main 1990: Fischer (Werke, Kritische Ausgabe, Bd., 6).
- Lotter, Maria-Sibylla: Scham, Schuld und Verantwortung. Über die kulturellen Grundlagen der Moral (darin v.a. Kap. IV: Scham, Demütigung und das Ideal der autonomen Person, S. 89 – 122). Frankfurt/Main 2012: Suhrkamp.
- Majer, René: Scham, Schuld und Anerkennung. Zur Fragwürdigkeit moralischer Gefühle. Berlin und Boston 2013: de Gruyter (Reihe *Ideen und Argumente*, Hg. Wilfried Hirsch und Lutz Wingert).
- Marks, Stephan: Scham – die tabuisierte Emotion. Düsseldorf 2007: Patmos.

- Planckh, Marcus: Scham als Thema im Denken Friedrich Nietzsches. In: *Nietzsche-Studien* 27 (1998), H. 1, S. 214 – 237.
- Sartre, Jean-Paul: *Das Sein und das Nichts. Versuch einer phänomenologischen Ontologie* (frz. 1943). Reinbek 1962: Rowohlt.
- Semin, Gün R.: Peinlich, peinlich! Aber warum eigentlich? In: *Psychologie heute* 8 (1981), H. 12, S. 22 – 28.
- Tiedemann, Jens L.: *Die Scham, das Selbst und der Andere. Psychodynamik und Therapie von Schamkonflikten*. Gießen 2010: Psychosozial-Verlag.
- Ders.: *Scham*. Gießen 2013: Psychosozial-Verlag (Reihe *Analyse der Psyche und Psychotherapie*, Bd. 7).
- Wurmser, Léon: Das Problem der Scham. In: *Jahrbuch der Psychoanalyse* 13 (1981), S. 11 – 36.
- Ders.: *Die Maske der Scham* (engl. 1981). Die Psychoanalyse von Schamaffekten und Schamkonflikten. Berlin und Heidelberg 1990: Springer.

© Dieter Hoffmann