

„Wenn der Blick des Anderen zum Tribunal wird...“

**Zum Umgang mit Scham- und Schuldgefühlen in
der Notfallseelsorge**

**Fortbildung Notfall-
seelsorge NRW**

8.1.2014



- „Ihm brannte das Gesicht. Er hielt die Scham kaum aus. Die Erinnerungen an die Niederlagen seines Lebens, die gescheiterten Vorhaben, die gestorbenen Hoffnungen – nichts war so körperlich wie die Scham. Als wolle er von sich los und komme doch nicht von sich los, als zerze und reiße es ihn auseinander. Als halbiere es ihn. Ja, dachte er, das ist Scham. Das körperliche Gefühl des Halbiertseins, weil man im Herzen halb ist oder war.“

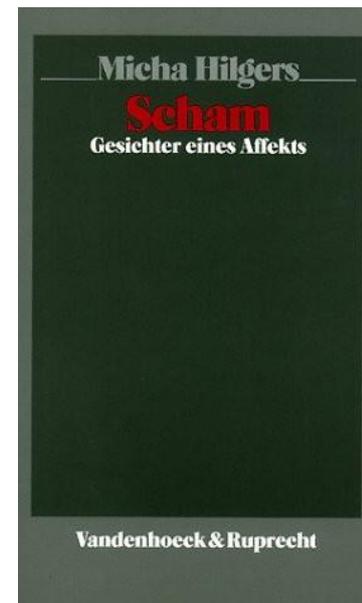
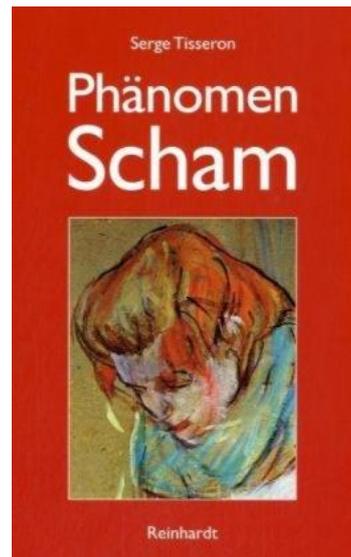


Scham – und Notfallseelsorge



Fragestellungen des Vortrages

- (1) Was genau ist und wie genau arbeitet der Schamaffekt?
- (2) Wie äußert sich ein Defekt des Schamaffektes?
- (3) Wie unterscheidet man Scham- und Schuldgefühle?
- (4) ‚Heilungen‘ eines krankhaften Schamaffektes
- (5) Der Schamaffekt in religiöser Perspektive





1. Was genau ist und wie genau arbeitet der Schamaffekt?

**Eine Frage zum
Einstieg:
Warum ist es
eigentlich eine Strafe,
abgewandt in eine
Ecke gestellt zu
werden?**



- ❑ Es gibt offenbar einen heiklen Zusammenhang zwischen dem Bild von sich selbst und der Notwendigkeit einer Versicherung, ob ‚die Anderen‘ dieses Selbstbild akzeptieren und respektieren.
- ❑ Abgewandt in der Ecke kann ich nicht sehen und sozial kontrollieren, welches Bild sich ‚die Anderen‘ gerade von mir machen.
- ❑ Darauf läuft alles hinaus (besonders in der NFS): Beschämung erfolgt dadurch, dass die Kontrollmöglichkeit über die Ausbalancierung von Selbst- und Fremdbild eingeschränkt wird oder sogar verloren geht.
- ❑ Dies beschämt beide Parteien: die, denen die Kontrolle entzogen wird; die, die die beschämte Person erleben.

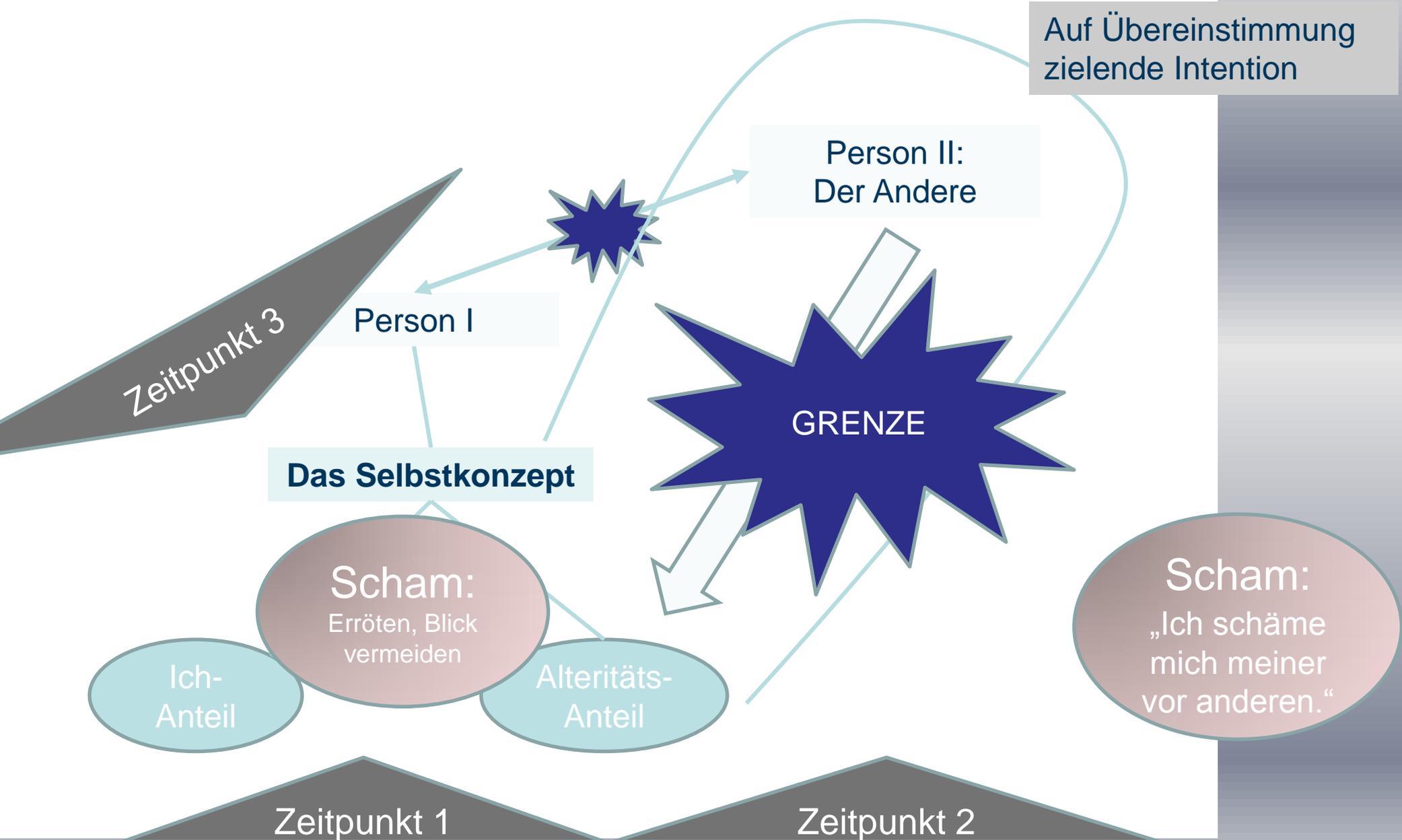


Eine typische schambesetzte Situation

Sie gehen auf einer Straße und entdecken plötzlich von hinten jemanden, den Sie kennen und sehr mögen. Sie beschleunigen Ihren Schritt, tippen dem Anderen von hinten auf die Schulter und rufen: „Mensch, Dich hier zu treffen – wie schön.“ Der Andere wendet sich um, blickt Sie an – und ist ein Fremder. Was passiert? Ihnen schießt das Blut ins Gesicht, Sie stammeln: „Oh, tut mir leid, eine Verwechslung“ – und Sie sehen zu, dass Sie wegkommen.



Ort und Funktion des Schamaffektes



Zusammenfassung (auf NFS hin)

- ❑ Als NFS sind Sie ‚der/die Andere‘, die in den Alteritätsanteil der Betroffenen eine deutliche Grenze einspielen und das Selbstkonzept des Betroffenen belasten. Denn sie irritieren die auf Übereinstimmung abzielende Intention des Selbstkonzeptes, da sie die Nicht-Übereinstimmung bezeugen müssen.
 - Bspl: Überbringung einer Todesnachricht
- ❑ Als NFS erleben Sie daher die typischen Reaktionen von Beschämten: Blickvermeidung, Realitätsleugnung, Rotwerden, Stammeln, ‚reflektorische Gesten‘ usw.
- ❑ Über diese Körperreaktionen bearbeitet das Schamsubjekt die Irritation und sucht neue Balancen.
- ❑ Eine Schamsituation kann daher wie folgt analysiert werden:
 - Soziale Orte / Personen der Beschämungssituation
 - Zeitpunkte der Beschämungssituation
 - Körperreaktionen innerhalb der Beschämungssituation

Soziale Orte / Personen der Scham

- ❑ Scham hat einen doppelten Ort: Sie wird erzeugt zwischen zwei (oder mehr) Personen; dieser Zwischenraum wird in das Selbstkonzept der beschämten Person hinein gespiegelt; außerdem geht die Scham des Beschämten über auf den Anderen: Scham ist ansteckend (sog. Fremdschämen).
- ❑ Scham ist damit *der* konstitutive soziale Affekt überhaupt. Scham ist die Bedingung der Möglichkeit für einen konstruktiven Kontakt mit der externen Welt, die in das Innere des Subjekts einzuspiegeln ist.
- ❑ Ohne funktionierende Scham keine konstruktiven, befriedigenden geregelten Sozialbeziehungen des Subjekts.

Die Körperlichkeit der Scham

- ❑ Typisch für die körperliche Reaktion der Scham ist das Erröten sowie die Blickvermeidung.
- ❑ Seidler (2001:21) vermutet, dass das Schamsubjekt genau an Gesicht, Hals und oberem Schulterbereich errötet, weil das die Zonen sind, die man selber nicht sehen kann, die aber den Blicken der Umwelt deutlich ausgesetzt sind.
- ❑ Die typische Blickvermeidung lenkt ebenfalls den Fokus auf die Dimension der Optik: Gerade das Vermeiden des Blicks erhöht die Intensität des fremden Blickes.

Scham als ‚anthropologische Passage‘

- ❑ Der Schamaffekt zeigt also eine Doppelstruktur an, die von einem sozialen Gegenüber ausgelöst wird: Man fühlt sich beurteilt, kommt in den Konflikt zwischen Ich-Bild und Fremd-Bild und gerät in eine Dynamik, unsichtbar werden zu wollen und genau dadurch immer auffälliger zu werden.
- ❑ Insofern spiegelt der Schamaffekt eine basale anthropologische Erfahrung:
 - Die Erfahrung des Anderen ist immer *ersehnt* – denn über sie erst erfahre ich mich als stimmig zur äußeren Welt;
 - und *gefürchtet* – denn sie stellt mich vor den existentiellen Konflikt, dass andere mich anders sehen als ich mich selbst sehe.
- ❑ Jeder Kontakt mit der externen Welt durchläuft die Schampassage – dies ist die Grundangst des Daseins, die die Existenzialisten (Sartre, Camus, Kierkegaard u.a.) so tief durchdacht haben.
- ❑ Der Schamsatz lautet: „Ich schäme mich meiner vor anderen.“ (Sartre 1974:382)

Einige Metaphern, die nun verständlicher werden

- ❑ Metaphorisch, räumlich gesprochen: Der Schamaffekt übernimmt es, die von außen eingefangenen Sozialimpulse in das Innere des Selbstkonzeptes zu transportieren. Er ist **Schnittstellenaffekt**.
- ❑ Damit wird die Scham beides: **Zeuge** und **Ermöglicher** der vitalen Verbundenheit des Selbst mit dem Außen; und **Durchgang/Passage** durch die Angst, von außen abgelehnt zu werden. Der Schamaffekt ist das Wissen um die eigenen Spuren beim Anderen und um die Spuren des Anderen im eigenen Selbst.
- ❑ Der Schamaffekt ist also das „**Meldesystem, das Nicht-Identität**“ mit der äußeren Umwelt feststellt und ausdrückt.
- ❑ Scham ist das **Tribunal der Blicke**.
- ❑ Das Schamgefühl ist das **Metronom**, das **Takt- und Kontaktsensorium** der Psyche: Fremdwahrnehmungen werden dem Selbstbild dosiert und angemessen zur weiteren Verarbeitung zur Verfügung gestellt.

2.

**Wie äußert sich ein Defekt des
Schamaffektes?**

Scham – eine ganz besonders schwer zu besprechende Lebenswirklichkeit

„Was machst Du da?“ fragte der kleine Prinz. „Ich trinke“ antwortete der Säufer mit düsterer Miene. „Warum trinkst Du?“ fragte ihn der kleine Prinz. „Um zu vergessen“ antwortete der Säufer. „Um was zu vergessen?“ erkundigte sich der kleine Prinz, der ihn schon bedauerte. „Um zu vergessen, dass ich mich schäme“ gestand der Säufer und senkte den Kopf. „Weshalb schämst Du dich?“ fragte der kleine Prinz, der den Wunsch hatte, ihm zu helfen. „Weil ich saufe!“ endete der Säufer und verschloss sich endgültig in sein Schweigen. Und der kleine Prinz verschwand bestürzt.

Schamspirale

Rotwerden

Ansteckende
Scham

Ausschließung, (Exklusion)
Selbstisolation



Pathologische Scham

- Genereller Befund: Überlastung und daraus folgende Regulationsschwäche des Schamaffektes. Nicht-Übereinstimmungen zwischen Fremd- und Selbstbild werden nicht mehr konstruktiv zur Verfügung gestellt.
- Varianten:
 - **Hypertrophierung** der Scham
 - **„Ausfall“** der Scham

Pathologische Scham (I): Hypertrophierung

□ Hypertrophierung der Scham

- Wird das Schamsubjekt auf Dauer und stark wie eine Sache behandelt, kann der Schamaffekt den Ich-Anteil im Selbstkonzept nicht mehr schützen. Der Ich-Anteil im Selbstkonzept kann nicht mehr ‚genährt‘ und gestaltet werden; das Subjekt verliert die Beziehung zu sich selbst und verströmt sozusagen ganz in den Alteritätsanteil.
- Die ganze Person sieht und erlebt sich jetzt so, wie sie erlebt, dass die Umwelt sie sieht: als entwürdigte Sache ohne Ich-Würde.
- Der Folge kann sein: Hypertrophierte (krankhaft übersteigerte) Scham: Der Schamaffekt investiert alle Energie darin, den Ich-Anteil irgendwie abzuschotten und die Außenimpulse abzuwehren. Das Schamsubjekt versteinert sozusagen, maskiert sich, wird starr, verweigert jede ‚Kontamination‘ mit Außenwelt.
- Beispiel: Opfer von massiver, unberechenbarer körperlicher Gewalt

Pathologische Scham (II): Ausfall

□ ‚Ausfall‘ der Scham

- Wird das Schamsubjekt auf Dauer und stark gegen den eigenen Willen zu intim und symbiotisch behandelt, kann der Schamaffekt den Alteritätsanteil im Selbstkonzept nicht mehr schützen. Der Alteritätsanteil im Selbstkonzept wird verwechselbar mit dem Ich-Anteil und verströmt sozusagen in diesen.
- Die ganze Person kann sich kaum noch selber in Unterscheidung von der Außenwelt sehen.
- Die Folge kann sein: Ein ‚Ausfall‘ der Scham; ein Verlust jeder Außengrenze, typische ‚Un-Verschämtheit‘, hysterische ‚Bühnen-Existenz‘, permanente Suche nach Außenbestätigung.
- Beispiel: Innerfamiliärer sexueller Missbrauch

Scham: primär, sekundär, übertragen

- ❑ *Primär*: Der ursprüngliche Auslöser des Schamdrucks führt zur Kompensationssuche, zur Suche nach Entlastung (z.B. Suchtmittel).
- ❑ *Sekundär*: Der Gebrauch von Kompensatoren führt in neue Beschämungen.
- ❑ *Übertragen*: Scham beschämt andere, führt bei diesen zu Schamdruck und lässt sie diesen oft an den Schamüberträgern ausagieren, die dadurch erneut beschämt werden (= ‚ansteckende‘ Scham).

3.

Wie unterscheidet man Scham- und Schuldgefühle?

Unterscheidung von Scham und Schuld

	Schamaffekt	Schuldaffekt
1	Signalisiert eine Verletzung des <i>individuellen</i> Selbstkonzeptes	Signalisiert eine Verletzung von <i>sozialen</i> Werten und Normen
2	<i>Erleidet</i> eine Nicht-Übereinstimmung mit außen	<i>Gestaltet</i> eine Nicht-Übereinstimmung mit außen
3	Eher <i>emotional</i>	Eher <i>kognitiv</i>
4	Eher <i>sprachlos</i> , nicht verbalisierbar	Drängt in <i>Sprache</i> (Bekanntnis)
5	Sucht die <i>Verbergung</i> , das Geheimnis	Sucht die <i>aktive Reparatur</i> , die Wiedergutmachung in der sozialen Normenwelt
6	Eine affektive Entlastung ist <i>schwierig</i>	Eine affektive Entlastung ist eher <i>möglich</i>
7	Disbalance von Ich und <i>Ideal-Ich</i>	Disbalance von Ich und <i>Über-Ich</i>
8	Scham <i>desintegriert</i>	Schuld <i>integriert</i>
9	Sorgt für die Bewahrung der <i>Identität</i>	Sorgt für die Bewahrung der <i>Handlungen</i>

Scham und Schuld: Zwillinge, aber verschieden

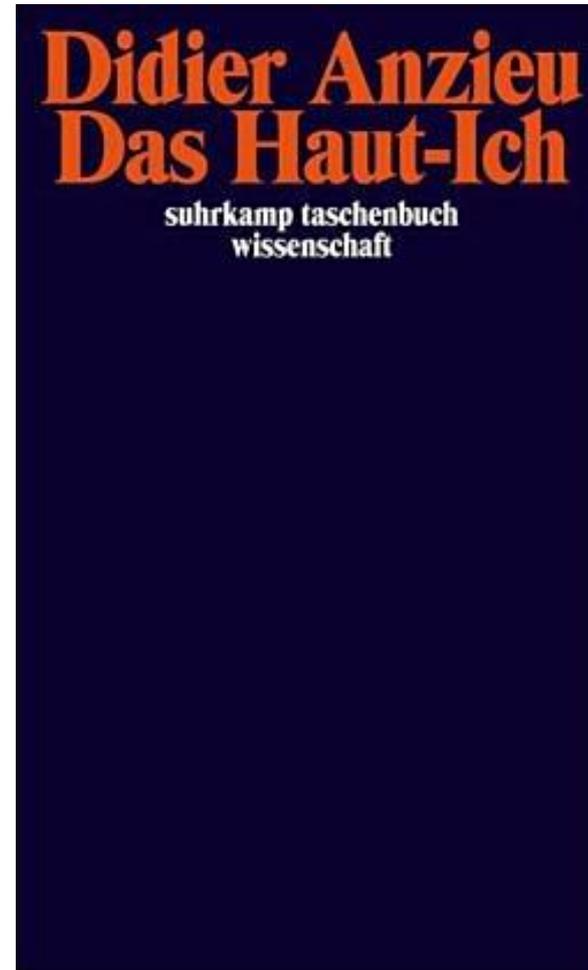
- ❑ Generell: Der Schamaffekt hat es mit dem Ich, der Schuldaffekt mit dem Über-Ich zu tun. Der Schamaffekt wendet sich nach innen, der Schuldaffekt nach außen. Scham entfernt aus sozialen Bezügen, Schuld drängt in sie hinein.
- ❑ Es ist zu beachten, dass eine Schamproblematik gerne in eine Schulddimension ausweicht. Denn: Insgesamt ist Schuld erheblich leichter zu ertragen als pathologische Scham. Darum agiert sich Scham oft in Schuld aus, versteckt sich in Schuldbekennnissen und macht sich mit ihr verwechselbar.
- ❑ Fatal: Die sozialen Gegenüber reagieren auf eine Verfehlung im Normbereich und fokussieren nicht mehr auf das Ganze der Existenz des Schamsubjekts. Oft werden so aus Schamopfern Schuldtäter.
- ❑ Schamproblematiken sind schwer zu erkennen und verstecken sich äußerst trickreich.
- ❑ Pastorale, diakonische Settings werden selber oft als beschämend erlebt.

4.

„Heilungen“ eines krankhaften Schamaffektes

Das zentrale Medium der ‚Heilung‘: Indirekte, non-verbale gemeinsame Bezugsräume

- ❑ Gemeinsam geteilte ‚Hüllen‘: Decken, Farbbeleuchtungen, Düfte/Aromen, Bilder, Filme, Bäume usw.
- ❑ Psychische Ersatzhüllen, virtuelle Räume, symbolische Gelegenheiten
- ❑ Anzieu: Neue soziale ‚Hautbildungen‘



5.

Schamaffekt in religiöser Perspektive

Scham in biblischer Perspektive

- ❑ Die Bibel hat sehr viele Stellen, in denen es um den Komplex von Verhüllen und Aufdecken und damit um Scham geht; vgl. nur Adam und Eva; Kain und Abel; der Fall ‚Susanna‘ in Dan 13 u.ö.
- ❑ Ganz besonders ist zu beachten, dass der Kreuzestod Jesu mit einer radikalen Beschämung verbunden war, so dass sich das christliche Geheimnis um Erlösung ebenfalls konstitutiv um Scham dreht.
- ❑ Diakonisches Christsein weiß um die Dynamik von Beschämung, vor allem der Dynamik kollektiver Beschämung, die daraus resultiert, dass Menschen strukturell Teilhabechancen verwehrt bleiben.

Scham und Kreuz



Alexander Korman:
Neugier und Scham (2006)

Bibel und Scham

- Lk 22,54-62: Nach der Gefangennahme Jesu saß Petrus am Feuer im Hof des Hohepriesters. Eine Magd kam und „schaute ihn genau an“ (56). Petrus leugnete dreimal. Als Jesus abgeführt wurde, wandte er sich um „und blickte Petrus an“ (61). Petrus hielt das nicht aus, „ging hinaus“ (62), d.h. er entzieht sich der Situation „und weinte bitterlich“ (62). Es wird oft berichtet, dass Jesus sein Gegenüber genau anschaut, so etwa Mk 3,5 oder Mk 10,21. Schließlich gibt „das Auge dem Körper das Licht.“ (Lk 11,34)
- Apg 3, 1-10: Jeden Tag sitzt ein gelähmter Bettler an der „schönen Pforte“ im Tempel – eine beschämende Situation. Er hat den Blick gesenkt. Oft gehen Petrus und Johannes an ihm vorbei in den Tempel und beachten ihn nicht. Einmal aber heißt es: „Petrus und Johannes blickten ihn an und sagten: Sieh uns an! Da wandte er sich ihnen zu ...“ (4f). Im Zusammenspiel von anblicken und der Aufforderung zurückzublicken (also: den Durchgang durch die Schampassage auf sich zu nehmen), geschieht neues Leben.

Bibel und Scham

- 1 Jo 3,20: „Wenn auch unser Herz uns verurteilt – Gott ist größer als unser Herz.“ Hier geht es zwar nur indirekt ums „sehen“, aber trotzdem passt es in den Zusammenhang: Gott sieht uns an, auch dann, wenn wir vor uns selbst kein Ansehen (mehr) haben. So sagt es übrigens auch 1 Sam 16,7: „Der Mensch sieht, was vor den Augen ist, der Herr aber sieht das Herz.“

- Jak 2, 1-13: Der Brief des Jakobus kritisiert, dass in den christlichen Gemeinden die Reichen angeblickt werden, die Armen aber nicht (3. u. 9). Wie ist es, wie fühlt es sich an, auf eine Gemeinschaft von Menschen zu treffen, die einen nicht anblicken?
- Mt 7, 1-5: „Warum siehst du den Splitter im Auge deines Bruders, aber den Balken in deinem Auge bemerkst du nicht?“ Jesus kritisiert hier den richtenden Blick, also etwas Nicht-Identisches am anderen zu sehen und es nicht zur Rückfrage an uns selbst werden zu lassen.
- Jo 9, 1-42: Die Heilung eines Blinden - Ein wahres Feuerwerk im semantischen Feld von blind, sehen, Augen öffnen, glauben, wissen, verstoßen, bis hin zum paradoxen Ausspruch Jesu: „Wenn ihr blind wäret, hättet ihr keine Sünde. Jetzt aber sagt ihr: Wir sehen. Darum bleibt eure Sünde.“ (41)
- Dan 13, 1-64: Eine eher unbekannte Schamgeschichte aus der Zeit vor Jesus. Zwei alten Männern „gehen die Augen in die Irre“ (9) wegen einer schönen Frau namens Susanna; sie verheimlichen einander ihre Leidenschaft aus Scham (10f). Als sie durch eine List allein der enthüllten Frau gegenüberstehen (17-20) und die Frau erpressen, reagiert diese überraschend: Sie verbirgt sich nicht, sondern schreit (24). Auf andere Anwesende überträgt sich die Scham (27); die alten Männer wandeln ihre Scham in Aggression und wollen ein Todesurteil für Susanna erwirken (28). Susanna erscheint vor dem Prozess verhüllt, muss sich aber vor allen entschleiern (32). Susanna blickt zum Himmel empor (35) und ruft ihren Gott an, „der auch das Verborgene kennt“ (42). Ganz im Stil eines mit allen Wassern gewaschenen Detektivs rettet der junge Daniel die Situation (45-64).

Fragestellungen des Vortrages

- (1) Was genau ist und wie genau arbeitet der Schamaffekt?
- (2) Wie äußert sich ein Defekt des Schamaffektes?
- (3) Wie unterscheidet man Scham- und Schuldgefühle?
- (4) ‚Heilungen‘ eines krankhaften Schamaffektes
- (5) Der Schamaffekt in religiöser Perspektive

Herzlichen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit