

Scham und Schamarbeit

Shame and Shamework

Stephan Marks

Themenschwerpunkt Psychologie der Emotionen

„In den Festen des Anstands und der Schicklichkeit wird ein Untier geboren (...). Das war das Gefährliche an Sufiya Zinobia: daß sie nicht in einer Wildnis voller Basilisken und Unholde auftrat, sondern im Herzen der ehrbaren Welt. Und folglich unternahm diese Welt eine große Willensanstrengung, um zu ignorieren, was es mit ihr auf sich hatte, um zu vermeiden, daß man sich mit ihr, dem Avatara des Chaos, hätte befassen (...) müssen – denn dies hätte offengelegt, was-auf-keinen-Fall-bekannt-werden-durfte, die unaussprechliche Wahrheit nämlich, daß auf Kulturboden Barbarei wachsen konnte, daß unter dem wohlgebügelten Hemd der Anständigkeit die Roheit lauern konnte. Daß Sufiya Zinobia, wie ihre Mutter gesagt hatte, die Verkörperung ihrer aller Schande war.“

Salman Rushdie: „Scham und Schande“ (1990, S. 236)

Zusammenfassung

Der Artikel fasst einige grundlegende Gedanken über Scham zusammen. Zunächst werden die verschiedenen Grundformen der Scham unterschieden und ihre jeweiligen Funktionen („gesunde Scham“) bzw. pathologischen Ausprägungen („pathologische Scham“) vorgestellt: Thema von Intimitäts-Scham, Anpassungs-Scham und Gewissens-Scham sind Schutz, Zugehörigkeit und Integrität. Zwei weitere Grundformen beziehen sich auf andere Menschen: empathische und Gruppen-Scham meinen die Fähigkeit, uns mit bzw. für andere(n) Menschen zu schämen. Die Genese der Scham wird anhand wichtiger Entwicklungsschritte vorgestellt: Ihre Vorläufer werden mit der frühen Eltern-Kind-Kommunikation gelegt, wesentlich ist hier der Blickkontakt. Scham im eigentlichen Sinne beginnt jedoch erst ca. Mitte des zweiten Lebensjahres mit der Fähigkeit des Kindes zur objektiven Selbsterkenntnis. Der Begriff der Schamarbeit wird vorgestellt; damit ist das bewusst-Machen und Durcharbeiten der

eigenen Scham-Geschichte gemeint. Schamarbeit beginnt damit, die Scham überhaupt wahrzunehmen, statt sie abzuwehren. Des Weiteren gilt es, die Scham zu differenzieren, von Schuld abzugrenzen und auch die persönliche Scham zu unterscheiden von der Scham der Mitmenschen, der Strukturen und der Gesellschaft.

Abstract

The article summarizes basic thoughts about shame. Different forms of shame are differentiated, their respective functions (“healthy shame“) and pathological manifestations (“pathological shame“) are introduced: intimacy-, conformity- and conscience-shame, their subjects are protection, belonging and integrity. Two further forms of shame are in relation with other people: empathetic and group-shame, the human ability to empathetically feel other people's shame respectively to feel ashamed for someone else. The development of shame is outlined with basic stages of development: the precursors of shame are being put into place during the early communication between the parents and the infant that takes place mainly through eye contact. The actual development of shame however begins at the age of about two and a half years when the child starts to be able to look at itself objectively. The term shamework is being introduced: to make one's shame history conscious and work through it; to become aware of one's shame rather than warding it off. Furthermore, shame needs to be analysed and differentiated from guilt. Also individual shame needs to be differentiated from fellow human's shame, from structural shame and from societal shame.

Scham ist universell, alle Menschen kennen sie – wenn auch in verschiedenen Ausprägungen, je nach Kulturzugehörigkeit und jeweils verschieden für Frauen und Männer. Scham ist nach Ansicht des Psychologen Michael Lewis (1993, 12f) überall und bestimmt unser psychisches Befinden stärker als Sexualität oder Aggres-