

Katharina Gröning

Lob der Scham. Nur wer sich achtet, kann sich schämen.

Eine Rezension

Hell, Daniel (2021): Lob der Scham. Nur wer sich achtet, kann sich schämen. 2. aktualisierte Auflage. Gießen: Psychosozial Verlag.

„Als Kirche müssen wir um die Gnade der Scham bitten, damit der Herr uns davor bewahrt, die schamlose Dirne aus Ezechiel 16 zu sein“ (Süddeutsche Zeitung 12.6.2021, S. 7).

Dieser Satz des Papstes Franziskus zum Rücktrittsgesuch des Münchener Erzbischofs Reinhard Marx dürfte das Anliegen des vorliegenden Buches von Daniel Hell im Hinblick auf sein Erkenntnisinteresse schlaglichtartig aufzeigen bzw. ist anschlussfähig an die Architektur seiner Argumentation. Scham ist hier eine Fähigkeit. Sie sei die Hüterin der Würde, argumentierte Leon Wurmser (1993, S. 43) in seinem Werk „Maske der Scham“ und verwies damit auf den psychodynamischen und subjektiven Zusammenhang von Scham und Selbstachtung. Dieser Zusammenhang ist auch das Anliegen des vorliegenden Buches, Scham soll in einen psychologischen Zusammenhang gestellt werden. Ob damit der „schamlosen Dirne aus Ezechiel“ auch nur annähernd Gerechtigkeit widerfährt, darf allerdings bezweifelt werden. Ihr, von der männlichen Gesellschaft als Schamlosigkeit verstandenes und verachtetes Benehmen, könnte genauso als ein Ausdruck einer Inkorporation und im Sinne Wurmser als Maske ihrer Scham verstanden werden, mit der sie jene erschreckt, die sie zu dem gemacht haben, was aus ihr geworden ist. Von den soziologischen Dimensionen der Scham, seit Sieghard Neckel 1991, ein neues Feld der Emotionssoziologie und der Schamforschung, handelt dieses Buch indessen weniger. Daniel Hell geht es um eine Differenzierung von Schamphänomenen und eine klinische Vertiefung des Themas, denn der Autor des Buches, Dr. Daniel Hell, ist emeritierter Profes-

sor für Psychiatrie (Autorenangaben im Klappentext). Gleichzeitig begründet der Verfasser seine Perspektive schon zu Beginn seines Werkes als Gegenhorizont zu Publikationen, die im Einzelnen nicht genannt werden, die aber vor allem das Negative der Scham hervorheben, wie die Selbstverachtung bis hin zur Selbstbestrafung und die Fixierung, die der Autor in einem kurzen Fallbeispiel als „Fessel der Scham“ (S. 84f.) bezeichnet.

Es wäre interessant gewesen, zu wissen, gegen welche Ansätze oder Ratgeber genau Daniel Hell seine Argumentation aufstellt, dies bleibt häufig im Text unklar und erschwert die Einordnung. Richtig ist, dass zu den klassischen Schamtheorien, etwa bei Georg Simmel, Norbert Elias und Max Scheler neue Forschungen dazu gekommen sind, von denen die emotionssoziologischen Ansätze besonders hervorzuheben sind. Diese untersuchen vor allem den Zusammenhang von Scham und sozialer Ungleichheit bzw. Distinktion und verstehen die Scham nicht wie bei Wurmser als „Hüterin der Würde“, sondern als soziale Grenze.

Besonders Sieghard Neckel arbeitet dabei mit der Soziologie Bourdieus und dessen Theorie des sozialen Raumes, der durch symbolische Grenzen, Grenze der Distinktion oder Grenze der Respektabilität, markiert ist. Das Erkenntnisinteresse dieser Forschungslinie bezieht sich darauf, dass eine einmal inkorporierte soziale Stellung mit Scham eng verbunden ist, die das Individuum dazu veranlasst, seine Unterwerfung ganz allein zu vollziehen. Welche Bedeutung diese Erkenntnis auch für eine klinische Theorie der Scham, so, wie sie Daniel Hell vorlegt, haben könnte, bleibt weiterer Forschung vorbehalten, dürfte aber angesichts der Forderung nach kultur- und geschlechtersensibler Therapie nicht ganz unwichtig sein.

Mit den soziologischen Ansätzen setzt sich Daniel Hell so usagen – by the way – kritisch auseinander, häufig, ohne sie explizit zu nennen. Der Autor vertritt demgegenüber die Haltung, dass Scham und Selbstachtung sowie Selbstreflexion eine enge psychodynamische Einheit bildeten und, dass nur der sich achtende und sich reflektierende und damit bewusste Mensch fähig sei zur Scham. Hell weist auf Schamverlust im Rahmen von psychischen Erkrankungen oder Demenz hin. Mit dieser Perspektive gehört der Autor zur Gruppe der klinischen Schamtheoretiker. Auch wenn das Buch sicherlich keine Theorie oder keinen theoretischen Entwurf darstellt, so ist es doch begründet, in gewisser Weise

„gelehrt“ und seine Differenzierungen hilfreich. Die Quellenangaben hätten etwas schärfer sein können.

Daniel Hell schreibt über ein Thema, das sich aus seiner klinischen Praxis ergeben hat. Insofern ist die Textsorte des vorliegenden Buches nicht ganz einfach zu bestimmen, denn „Lob der Scham“ ist auch ein praktisches Buch für therapeutisch Tätige oder Menschen, die in Feldern des Sozial-, Gesundheits- und des Bildungswesens arbeiten. Die Textsorte zwischen Theorie und Praxis erlaubt es dem Autor zudem, auf sehr unterschiedliche Referenzrahmen zur Begründung seiner Argumente zurückzugreifen, z.B. auf das Buch Genesis und die Geschichte von Adam und Eva, ihre Vertreibung aus dem Paradies und die Entstehung ihres Selbstbewusstseins im Konflikt mit der absoluten Autorität. Auch die Weiterführung des Themas zur Scham in der Bibel – bei Kain und Abel, Hiob oder Jakob und Esau – lesen sich interessant, genauso, wie der Hinweis auf Achtung und Zuwendung für die Ausgestoßenen bei Jesus oder die Erzählung über Ajax, der sich umbrachte, weil er auf eine Manipulation des Odysseus hereingefallen war. Der Autor beginnt in diesem Kapitel eine Differenzierung zwischen persönlichem psychologischem Schamgefühl und sozialer Beschämung, die er als Schande qualifiziert. Diesen Faden nimmt er auch im Rahmen der Auseinandersetzung zwischen Hans Peter Duerr und Norbert Elias auf. Hier diskutiert er die Theorien zur historischen Entwicklung der Scham und zum Verhältnis von Scham und Kultur. Der Ethnologe Duerr hatte in seiner beachteten Kritik einen wesentlichen Rahmen von Norbert Elias zurückgewiesen, dass nämlich der Zivilisationsprozess sich durch eine Grenzverlagerung ins Innere, durch die Zunahme von Selbstzwängen auszeichnet, die durch immer dichter werdende Verflechtungen entstehen. Hans Peter Duerr hingegen hat darauf hingewiesen, dass Elias Erkenntnisse aus der Ethnologie sowie auch aus der Geschichte fehlerhaft kategorisiert. Die Frage der Nacktheit und ihr Verhältnis zur Scham spielt hier unter anderem eine Rolle. Daniel Hell zollt beiden Autoren Respekt und referiert Beispiele, die Duerrs Ansatz stützen. Er kommt zu dem Schluss, dass es keine gradlinige Entwicklung von äußerer sozialer Schande zu innerer selbstreflexiver Scham gegeben habe. Epochen, in denen Scham ein Ausdruck menschlicher Würde gewesen sei, hätten sich mit Epochen abgewechselt, in welchen Scham als Schwäche kategorisiert war (S. 45).

Betrifft das Kapitel eins das Verhältnis von personaler Scham und sozialer Schande, so geht es dem Autor im Kapitel zwei seines Buches um das Verhältnis bzw. die Differenzierung von Scham und Kränkung, um die Diskussion des Narzissmus und die Entwicklung der Scham in der kindlichen Entwicklung. Der Autor zeigt auf, wie sich Kränkung und Scham in Bezug auf das Erleben des Kindes unterscheiden und welche Bedeutung Spiegelung, Anerkennung und Bewunderung haben. Dabei integriert Daniel Hell den Erkenntnisstand zum Schamgefühl in der kindlichen Entwicklung in die Theorien zur Entwicklung der Bindung und der Objektbeziehungen. Immer wieder nimmt er Leser*innen mit in den pädagogischen Alltag und das Leben mit kleinen Kindern. In dem Maß, in dem Kinder über sich selbst nachdenken können, entwickle sich reflexives Selbstbewusstsein und ein Übergang von sich selbst erleben zu sich selbst erkennen. Dies schaffe Möglichkeiten, sich und andere zu verstehen. Die Differenzierung von Kränkung und Scham bzw. narzisstischer Verletzung und Scham erläutert der Verfasser an den Reaktionen des Kindes. Während das gekränkte Kind mit Wut, Protest und Trotz reagiert, ziehe sich das sich schämende Kind zurück. Daniel Hell zeichnet sodann die Schamentwicklung in den weiteren Phasen der Kindheit nach, die sich vor allem auf Autonomie und Leistung richteten. Scham helfe, den narzisstischen Anspruch abzuschwächen. Gleichwohl sind sowohl der Abschnitt zur Körperscham beim Kind wie auch zur personalen Scham, zur Pubertätskrise und zum Alter in diesem Kapitel sehr kurz.

Im Kapitel „Scham und Beschämung“ differenziert der Verfasser den Schamaffekt im Sinne seiner ersten Unterscheidung von Scham und Schande weiter. Es geht ihm jetzt um das Verhältnis von Scham und Kränkung, also die psychologische Verarbeitung der Scham. Er nennt Formen der Beschämung: Erniedrigung, Beziehungsabbruch (warum nicht mit Neckel „Ausschluss“?), Bloßstellung (Elias), Übergriffe. Die Beschämungsfolgen werden dargestellt und dann, wie öfter in dem Buch von Daniel Hell, eindrücklich mit einem literarischen Beispiel vertieft. Dieses Kapitel und die Argumentation des Verfassers können als Hinführung zu seinem klinischen Verständnis der Scham führen. Auf Seite 84 spricht der Verfasser von der Fessel der Scham und erzählt das Beispiel einer Patientin, die von ihrem früheren Therapeuten emotional missbraucht worden sei (intensiver SMS Austausch, duzen) und der sie dann wie eine heiße Kartoffel habe fallen lassen. Eine missglückte Therapie wird erzählt, die schließlich mit dem Tod der Patientin endet. Dieser Fall dürfte einen Kern der Argumentation von Daniel Hell darstellen, denn die

Patientin, so der Autor, habe zwar Beschämung erfahren, sei aber weder zur Trauer noch zur Scham fähig gewesen. Die Patientin schien vielmehr zu hoffen, dass die Beziehung zum früheren Therapeuten wieder aufgenommen werden könne. Ein Teufelskreislauf aus falscher Hoffnung, wütender Verzweiflung und ärztlich toleriertem Medikamentenmissbrauch sei entstanden. Die Patientin habe sich so in ihre Kränkungsgeschichte festgebissen, dass eine Therapieresistenz die Folge gewesen sei und sie schließlich verstarb. Hätte sie sich schämen können, so die Argumentation von Daniel Hell, wäre sie therapierbar gewesen. So aber blieb es bei der Erfahrung der Kränkung. Scham und Gekränktsein sind bei Daniel Hell also zwei sehr unterschiedliche Gefühle. Scham setzt, wie er in Kapitel eins und zwei seines Buches sagt, Selbstbewusstsein und Selbstidentifikation voraus. Scham begrenze den Narzissmus. Schamregression heißt bei ihm, dass diese durch das Gekränktsein verdrängt würde. Wer gekränkt sei, erröte nicht, gekränkt sein sei kein echtes Gefühl, sondern es entstünde Leere. Viele wichtige Aussagen werden hier von Daniel Hell gemacht, die helfen können, sich die innere Welt von Opfern vorzustellen. An vielen Stellen fühlt man sich an Frauen erinnert, die Opfer von Misshandlungen und schweren Kränkungen durch ihre Partner werden und sich von diesen nicht ablösen können, sondern immer wieder zu ihren Misshandlern zurückkehren. Die Verarbeitung der Gewalterfahrung als Kränkung und die Unmöglichkeit, sich zu schämen, ist hier ein möglicher weiter zu beforschender Horizont. Die Patientin, über die Hell berichtet, ist gestorben, in gewisser Weise an der Schande der ins Leere gelaufenen Liebe gestorben, wenn man Margit Brückners Argumentation über die „Liebe der Frauen“ und den Zusammenhang von Viktimisierung und geschlechtlicher Subjektivierung zu Grunde legt. Frauen sind die Liebe, sagt Brückner, sie verschenken sich für die Liebe, diese ist ihr Lebenssinn und sie lösen sich auf für die Liebe auf. Alleinsein ist ihre Schande.

Nach Hell gehört die Scham also eher zum Stolz und Selbstschutz, sie scheint eine Voraussetzung dafür zu sein. Wo Scham fehlt, sei dann faktisch Therapie nicht möglich. Dieser argumentative Faden wird leider erst wieder fünf Seiten später, in einem Kapitel zur fehlenden Scham und Selbstentwertung aufgenommen. Dazwischen werden teilweise sehr gute Zusammenhänge zwischen Scham und Geschlecht, Scham und Lebensalter referiert, die ins Kapitel zwei gehört hätten, während der Faden, dass Scham eine wesentliche salutogenetische Ressource ist, weil der sich schämende Mensch mit sich selbst beschäftigt ist, erst einmal wieder verschwindet. Daniel Hell erzählt dann einen weiteren

Fall, in dem Selbstentwertung und Selbsterniedrigung der Scham vorausgeht und zentral für die Depression der Patientin ist. Es folgen Abschnitte zu Traumatisierung und Scham, zu Klassifizierung von Scham nach Micha Hilgers, zu Scham und Kreativität. Das Kapitel vier befasst sich noch einmal theoretisch mit dem Verhältnis von Scham und Selbst. Dabei begründet der Autor seinen Verstehenszugang zur Scham nun mit allgemeineren Theorien: Max Scheler über die Mutter, die nackt ihr Kind rettet, Jean Paul Sartre, wonach die Scham dem Menschen vor Augen führt, dass er nicht Mittelpunkt der Welt ist etc.. Das Kapitel fünf zur Scham als Verarbeitungsprozess stellt diese als seelischen Geburtsschmerz dar und sieht sie analog zur Trauer. Scham sei ein Antrieb, sich zu verändern. Im Mittelpunkt steht jedoch die Kasuistik eines weiteren Falls. Die Therapie einer von sexuellem Missbrauch und sekundärer Schädigung betroffenen Frau wird produktiv, als sie ihre Schamgefühle mit dem Therapeuten teilen kann. Das Kapitel zur sozialen Scham hat die psychische Erkrankung als Verlust von Respektabilität zum Ausgangspunkt. Scham über die Krankheit (Depression) wird hier zum eigenen Thema in der Therapie. In diesem Zusammenhang ist der Abschnitt zur Sucht von großer Bedeutung, denn der Autor zeigt auf, dass der Substanzmissbrauch die Scham unterdrückt und damit jenen Prozess der Reflexion des eigenen Verhaltens, der dann die Verarbeitung möglich machen würde. Der Kreislauf von Scham und Sucht wird aus einer Szene aus dem kleinen Prinzen aufgezeigt. Im Kapitel zur Schamabwehr bezieht der Autor sich auf die Arbeiten von Leon Wurmser, auf die Maskierungen der Scham und vertieft diese anhand eigener Beispiele. Sehr eindrücklich sind die Fallbeispiele zu Scham und Ekel und die Abschnitte zu Scham und Neid und Scham und Schuld sowie die Ausführungen zum Burnout.

Das Kapitel acht, „Konstruktiver Umgang mit Scham“, widmet sich den salutogenetischen Faktoren: Akzeptanz, Spiritualität, Humor, Selbstironie werden hinsichtlich ihrer Potenziale aufgeführt. Wichtig ist im Abschnitt zur Psychotherapie zudem die Position, dass der Therapeut bzw. die Therapeutin nicht nur ein Gefährte für das Selbst sein sollte, sondern auch im Sinne George Herbert Meads ein ME, ein Zeuge, auch ein Zeuge der Scham und des sich Schämens.

„Scham heute“, das Kapitel neun, schließlich widmet sich den soziologischen Dimensionen der Konsumgesellschaft im Hinblick auf die Scham. Hell problematisiert die neue Beschämungskultur, die einhergeht mit Schamlosigkeit. Es ist die andere Seite des unternehmerischen Selbst, der Selbstoptimierung und der Anrufungen als Marktsubjekte.

„Deutschland sucht den Superstar“ oder „Germanys next Topmodel“ können als Seismografen dieser Beschämungskultur verstanden werden. Wie viele Psychoanalytiker, die über den Narzissmus gearbeitet haben, vertritt auch Daniel Hell die Auffassung, dass die gesellschaftlichen Über-Ich-Strukturen sich hin zu einem Bedeutungsverlust von Schuld und Gerechtigkeit hin zur Beschämung und Scham entwickelt haben. Auch in diesem Kapitel finden sich Vignetten aus Therapien und werden kombiniert mit Referenzen aus Philosophie und Literatur.

Daniel Hell hat zu Beginn seines Buches die Schampsychologie und den Zusammenhang von Scham und Selbstwertgefühl fokussiert. Die quasi salutogenetische Bedeutung der Scham zeigt er überzeugend auf. Trotzdem ist dies kein Widerspruch zu den Erkenntnissen der Emotionssoziologie, dem Zusammenhang von Scham und sozialer Unterscheidung. Wer sich mit Scham befasst hat, wird vieles, was in diesem Buch zu lesen ist, bekannt finden, vieles ist aber auch neu. Insofern handelt es sich bei „Lob der Scham“ um ein Buch, dass gelesen und genutzt werden sollte.