

SCHAM - Was ist das eigentlich?

Aus evolutionärer Sicht ist Scham in erster Linie ein soziales Regulativ (Scobel, 2017, Gilbert, 2019). Es diene zur Einhaltung soziokultureller Regeln und zur Sicherung des sozialen Zusammenhalts; historisch half Scham einer Gruppe zu überleben und stellt zugleich auch eine Ressource für individuelle und kollektive Entwicklung dar (Briegleb, 2014; Vanderheiden & Mayer, 2017, 1–43; Mayer & Vanderheiden, 2019, xix- xxxiii; Vanderheiden, 2019). Im Lauf der Menschheitsentwicklung war Beschämung insofern ein in der Regel zeitlich begrenzter Ausschluss aus der Gruppe, die damit auf eine tatsächliche oder vermeintliche Verletzung einer (Gruppen-)Norm reagierte. Wer diese Verfehlung gestanden hatte, wurde normalerweise wieder in den Gruppenverband aufgenommen.

In der Regel empfinden wir in unseren kulturelle Kontexten Scham – vor allem auch wegen der starken leicht erkennbaren körperlichen Kennzeichen – als negativ. Das hängt insbesondere auch damit zusammen, dass bei Scham das Gefühl entsteht, tatsächlich „schlecht zu sein“ – anders als bei Schuld, wo es darum geht, dass ich tatsächlich etwas Schlechtes getan habe (Tagney und Dearing, 2002). Ich schäme mich etwa, den eigenen moralischen Ansprüchen nicht gerecht geworden zu sein. Zur Scham gehört konstitutiv die Wahrnehmung durch die Anderen, die Wurmser (2010) als „die schwere Last von tausend unbarmherzigen Augen“ beschreibt.

In westlichen Kulturen ist Scham in der Regel traditionell sehr negativ bewertet; dagegen zeigt sich in anderen kulturellen Zusammenhängen ein vielfältigeres und häufig auch positiveres Bild. So sind der malayische Begriff malu (Cucuani, Sulastiana, Harding & Agustiani, 2020) und der hinduistische Begriff lajjA (Bhawuk, 2017, 2019) mit durchaus positiveren Konzepten von Scham verbunden als wir sie im Westen kennen.

Inzwischen verbreitet sich jedoch auch in unseren kulturellen Kontexten ein differenziertes Bild von Scham.

Aktionsideen

Ausstellung zur Scham

Erstellen Sie mit Ihrem Handy als Einzelperson oder Gruppe Fotos zum Thema Scham. Drucken Sie die Fotos auf einem Selfie-Drucker oder einem anderen Drucker aus. Diskutieren Sie die Ergebnisse. Alternativ können Sie auch eine Suchmaschinen-Bildersuche zu Scham durchführen.

Es gibt kein Vergessen!

Durch das Internet verändern sich Mechanismen von Scham und Beschämung fundamental – hinsichtlich ihrer Funktion, ihrer Reichweite und Tiefenwirkung. Historisch lag die Verantwortung für öffentliche Demütigung und Scham (Frevert 2017) in Form von Schandstrafen traditionell in Händen der Kirche bzw. beim Staat („Jemand wird an den Pranger gestellt ...“). Mit der sich entwickelnden bürgerlichen Gesellschaft verzichtete der Staat zunehmend auf dieses Privileg; zu Beginn des 19. Jahrhunderts eignetet die Presse sich die Macht zur öffentlichen Beschämung an. Zwischenzeitlich haben das Internet, insbesondere die sozialen Netzwerke diese Funktion übernommen, mit viel größerer Reichweite, Nachhaltigkeit und vor allem mit Geltung „für die Ewigkeit“ – denn das Internet „vergisst nichts“.

Wie ist Ihre Meinung dazu? Diskutieren Sie sie.

Beschämung als legitimes politisches Instrument!

Die amerikanische Umweltforscherin Jennifer Jacquet fordert dazu auf, Public Shaming (öffentliche Beschämung) als strategisches Mittel z. B. gegen Konzerne dann einzusetzen, wenn es keine anderen rechtlichen Mittel gibt oder diese nicht zur Anwendung gebracht werden. Die Grenze sei dabei immer die Wahrung der Menschenwürde.

Wie ist Ihre Meinung dazu? Diskutieren Sie das. Könnten Sie sich vorstellen, eine entsprechende Kampagne, z. B. auf einer Kampagnenplattform zu starten?

Die Scham malen

Malen Sie ein assoziatives Bild zur Scham.



Was bedeutet
Scham für mich?

Mirjam

Mirjam ist die tanzende Prophetin, die nach dem Auszug aus Ägypten den Freudentanz der Frauen anführt. Insgesamt sieben Mal wird sie namentlich in fünf Büchern der Bibel erwähnt und gilt (zusammen mit Mose und Aaron) als eine der drei Führungsgestalten aus der zentralen Befreiungsgeschichte des Volkes Israel. Das sogenannte Mirjamlied (2. Mose/Exodus 15, 20–21) gilt als einer der ältesten Texte des Alten Testaments.

Auch wenn keine prophetischen Sprüche von Mirjam selbst überliefert sind, wird sie doch mehrfach als Prophetin bezeichnet. Möglicherweise sind auch ihr Tanz und Gesang als ihr individueller Ausdruck prophetischen Handelns zu verstehen.

In der vorliegenden Geschichte (4. Mose/Numeri 12, 1–16) haben Mirjam und Aaron das Gespräch mit Mose gesucht.

Deren Vater, Moses Schwiegervater hatte ihm den Ratsschlag gegeben (2. Mose/Exodus 18, 1–27), Aufgaben abzugeben und nicht alle Macht und alle Aufgaben auf sich allein zu konzentrieren. Das scheinen Mirjam und Aaron nun auch einzufordern: Dass Gott auch durch sie spricht und nicht nur exklusiv durch Mose. Gewissermaßen scheint sich dies auch in der folgenden Szene zu bestätigen, in der Gott gleichermaßen zu Mose, Aaron und Mirjam aus einer Wolkensäule spricht.

Doch dann wendet sich das Blatt und Mirjam wird gestraft, interessanterweise nicht Aaron: Mirjam befällt ein Aussatz. Sieben Tage lang muss sie sich zurückziehen. Aaron, der zu Beginn der Geschichte mit Mirjam zusammen einforderte, dass er und Mirjam einen direkten Zugang zu Gott haben, lässt sie in dieser Situation im Stich.

Was Mirjam gedacht, gefühlt hat, bleibt offen: Scham, Wut, Trauer? Das Volk reagiert mit Solidarität. Es wartet. Es kann sich nicht vorstellen weiterzuziehen – ohne die Prophetin.

Diese Geschichte wurde nach dem Babylonischen Exil (586–538 v. Chr.) aufgeschrieben. In dieser Zeit kamen die Verbannten aus Babylon nach Israel zurück. Dort hatten sie ihren Glauben an den Worten des Mose ausgerichtet, an der Tora. Sie hatten sich streng an die Tora gehalten und ihre eigene Auslegung niedergeschrieben. Nun kehrten sie zurück und trafen auf ihre Glaubensgeschwister, die in Israel geblieben waren und ihre eigene Auslegung der Worte des Mose lebten (Gesetz). Es kommt zu Konflikten: Zwei Gruppen treffen aufeinander, die sich beide darauf berufen, dass Gott mit ihnen spricht.

In diesen Konflikt hinein wird 4. Mose 12 erzählt. Dabei re-präsentiert Mose die Gruppe der Heimkehrenden, Mirjam die der im Land Gebliebenen (Prophetie). Aaron repräsentiert nach dieser Interpretation das Priestertum.

Andere Interpretationen gehen davon aus, dass es in der patriarchalen Gesellschaft undenkbar war, sich eine Frau in einer so exponierten Position als Gottes Gegenüber vorzustellen.

Ulrike Metternich (2004): Mirjam, Schwester unter Brüdern – gemeinsam auf dem Weg zu einer gerechten Gemeinschaft von Frauen und Männern in der Kirche: www.markert-art.net/frauen/pages/aktuell_texte.htm

Ute Frevert (2017): Die Politik der Demütigung. Schauplätze von Macht und Ohnmacht. Frankfurt/Main: S. Fischer-Verlag.

Jennifer Jacquet (2015): Scham: die politische Kraft. Ebook. Frankfurt, S. Fischer.

Was bedeutet Scham für Sie?

Auf unserer Website prophetisch.com finden Sie eine Zusammenstellung von Zitaten zum Thema Scham.

- Welche Position spricht Sie an?
- Welche stößt Sie ab?
- Warum?



Aktionsideen und Anregungen zum Gespräch finden Sie auf der Rückseite dieser Serviette.

Dharm Bhawuk (2019): lajjA: Learning, Unlearning and Relearning. In Mayer & Vanderheiden: The Bright Side of Shame (pp. 35 – 50).

Dharm Bhawuk (2017): lajjA in Indian Psychology: Spiritual, Social, and Literary Perspectives. In Vanderheiden & Mayer, The Value of Shame (pp. 109 – 134).

Till Briegleb (2014): Die diskrete Scham. Frankfurt/M.: Insel.

Cucucani, Sulastiana, Harding & Agustiani (2020). In E. Vanderheiden & C. Mayer: Investigating an Emotion in Digital Worlds and the Fourth Industrial Revolution: Shame 4.0 (pp. 109 – 134). Cham: Springer International.

Paul Gilbert (2019): Distinguishing Shame, Humiliation and Guilt: An Evolutionary Functional Analysis and Compassion Focused Interventions. In Mayer & Vanderheiden: The Bright Side of Shame. (pp. 413 – 431).

Claude-Hélène Mayer & Elisabeth Vanderheiden (2019): The Bright Side of Shame. Transforming and Growing Through Practical Applications in Cultural Contexts. Cham: Springer International.

Gert Scobel (2017): Scham und Schuld: [//www.3sat.de/wissen/scobel/scham-und-schuld-100.html](http://www.3sat.de/wissen/scobel/scham-und-schuld-100.html)

June Price Tangney & Ronda L. Dearing (2002): Shame and guilt. New York: Guilford Press.

Elisabeth Vanderheiden (2019): “Nothing i accept about myself can be used against me to diminish me” – Transforming Shame Through Mindfulness. In Mayer & Vanderheiden: The Bright Side of Shame.

Elisabeth Vanderheiden & Claude-Hélène Mayer (2017): The Value of Shame – Exploring a Health Resource in Cultural Contexts. Cham: Springer.

Leo Wurmser (2010): Die Maske der Scham. Frankfurt/M.: Klotz.