

... So einen Sohn wie Sie
hätt ich mir immer gewünscht.
Mein eigener leiblicher Sohn
ist leider 1942 im Felde
geblieben.

So stell ich mir seit vielen
Jahren vor, Sie wären mein Sohn,
mein Lieblingssohn. Und nun
habe ich Ihnen als Ihre
alte Mutter einen Pullover
gestrickt ...

Nun müssen Sie den Pullover
mir noch anprobieren. Ich würde
mich riesig freuen, wenn Sie
schon bald mal vorbeikommen
könnten.

Mit mütterlichen Gefühlen"
gez. *Carola von Gästern*
(alias Winfried Bornemann)

Der Adressat war beschämt:

"... Ich danke Ihnen sehr
dafür, Ihre lebenswerte Gäste
hat mich sehr berührt.
Gerne würde ich den Pullover
bei Ihnen abholen ...

Ich würde mich sehr freuen
Sie kennenzulernen und bin
mit recht freundlichen Grüßen
in Verbundenheit

Ihr
Manfred Wörner"

Wolfgang Rost

SCHÄM DICH!

Scham ist eines der elementarsten Gefühle des Menschen – und sie ist vor allem ein soziales Gefühl: Andere werden Zeugen unserer Schwäche oder unserer Fehler. Wieviel Scham ist nötig? Und wann ist Scham unangebracht? Die Normen für das Sich-Schämen haben sich ständig verändert

Der auserkorene Lieblingssohn Frau von Gästern zeigte sich an anderer Stelle wenige Monate vor der rührenden Pullover-Gabe weniger schamhaft: Kießling stehe unter dem "dringenden Verdacht", homosexuelle Kontakte gehabt zu haben; das "Ehrenwort" des Viersterne-Generals, er habe niemals im Leben homosexuelle Kontakte gehabt, galt da wenig. Eine Recherchen-Maschinerie wurde angeworfen, die immer groteskere Züge annahm, je dünner das Eis der in diesen Kreisen beschämenden Vorwürfe wurde – bis sie nach einer verbotenen und verhassten Ewigkeit in sich zu-

sammenfiel: "Und Manfred Wörner tat im Fernsehen öffentlich Bulle Weinerlich bezichtigte er sich über 'Leichtgläubigkeit', weil er Stützungen als Zeugen aufbot, um einen General der Homosexualität zu überführen" (*Der Spiegel*, Nr. 6/1984). Zur Sache beharrte der Minister auf seiner Unverschlammtheit: "Ich hatte keine Wahl" – basta, sprach's und blieb im Amt.

"Ich möchte vor Scham im Erbleiden versinken", "mich zu Tode schämen" oder bin zumindest "schamlos bis hinter die Ohren": Schämen Sie sich noch? Unsere Staatsdiener und -oberhäupter scheinen es nicht mehr

zu tun (– oder wenn, dann nur noch sehr, sehr kurz und sehr, sehr zaghaft). Ob es die präsidiale Finanzierung der Contras aus Iran-Waffen-Geldern ist, die verfluchte gräfliche Partesipanden-Affäre, der bei rund 2,5 Millionen Arbeitslosen von einem gar nicht bangen Mann gepriesene Aufschwung, die absolut unver-schämte Gift-Müll-Lagerung von in Europa einmaligen Ausmaßen bei unseren Brüdern und Schwestern hinter dem Vorhang (und zwar so direkt dahinter, daß Lübeck den Rückfluß der "Recycling"-Produkte fürchtet), ob es die Schamlosigkeit unserer Berichterstattung von BILD bis Tagesschau ist, in der selbst Sterbende dem sensationsgierigen Publikum ins Wohnzimmer ausgeliefert werden – wir scheinen die unverschämteste Gesellschaft zu sein, die es je gab.

WAS IST SCHAM?

In ihren Auffassungen über Scham liegen Sozialpsychologie, Soziologie und Humanethologie eng beieinander: Der Sozialpsychologe Philipp Zimbardo betrachtet Scham als Sorge um die soziale Einschätzung der eigenen Person und um die Veränderung dieser Einschätzung ins Negative; ähnlich die biologische Sicht:

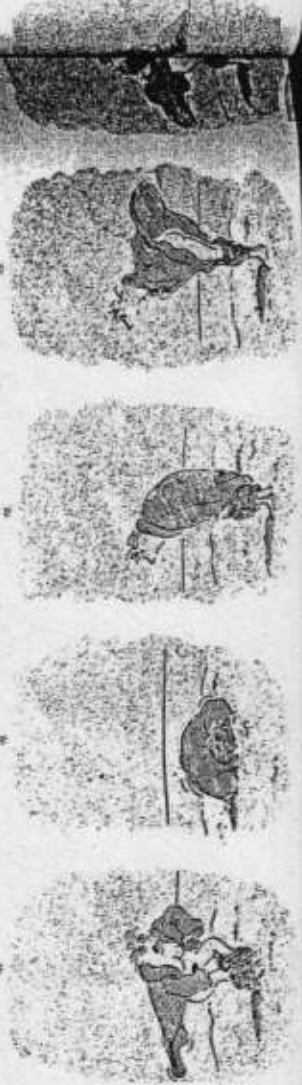
Angst vor sozialer Ablehnung durch wichtig erscheinende Personen oder die soziale Bezugsgruppe. Der Soziologe und Historiker Norbert Elias schreibt: "Es ist, oberflächlich betrachtet, eine Angst vor der sozialen Degradierung, oder, allgemeiner gesagt, vor den Überlegenheitsgesten Anderer ... Er fürchtet den Verlust der Liebe oder Achtung von Anderen, an deren Liebe und Achtung ihm liegt oder gelegen war" (3).

Nach Darwin und Izard wollen wir Scham und Schüchternheit als synonym betrachten (allenfalls letztere als Disposition, als Persönlichkeitsmerkmal nuancieren) und gegen das Schuldgefühl abgrenzen. Scham scheint "emotionaler", instinktiver, einfacher strukturiert zu sein und läßt sich leichter auflösen als das eher kopfgesteuerte Schuldgefühl, welches sich mehr an Normen, Regeln, Sitten, Gebräuchen orientiert. Wir könnten auch sagen: Scham ist die emotionale Mutter des kognitiven Schuldgefühls (von Schuldgefühlen wollen wir dann angesichts dieser Definition nicht mehr sprechen).

Generell verletzt das Verhalten, das Schamgefühle hervorruft, einen moralischen, ethischen oder religiösen Kontext, Gebote und Verbote. Das Gebäude gesellschaftlicher Normen und Regeln ist errichtet auf dem

Fundament relativ einfacher, instinktiv-emotionaler Regeln des Zusammenlebens, die beim Übergang von isolierter Einzeljagd zur kooperativen Gruppenjagd wichtig wurden: Erstmals in der Geschichte der Evolution entstand ein "Handel", ein Geben und Nehmen, das gerechte Aufteilen der Beute zwischen den beteiligten Jägern und ihren Familien. Hier mußte sich ein emotionaler Gerechtigkeitsinn installieren, dessen Stützen neben Scham Dankbarkeit, Reue, Mitleiden, Empörung, Freundschaft, Sympathie und Schuldempfindungen waren. Letztere werden allerdings erst dann wichtig, wenn zwischen dem Geben und Nehmen ein gewisser Zeitraum liegt, der mittels des emotionalen Gedächtnisses überbrückt werden muß, wenn also das Geben in Schenken übergeht und das Nehmen in Geschenke-entgegennehmen: Schuldgefühle sind also das Pfand, als Schuldchein eines Geschenkes.

Die Funktion der Scham im emotionalen Gefüge besteht in ihrer dämpfenden Wirkung auf offensive, exponierende und verletzlich machende Akte. Scham ist ein emotionaler Gegenspieler von sexueller Freizügigkeit, exhibitionistischen Tendenzen, aggressivem Durchsetzungsverhalten und dem ungestümen



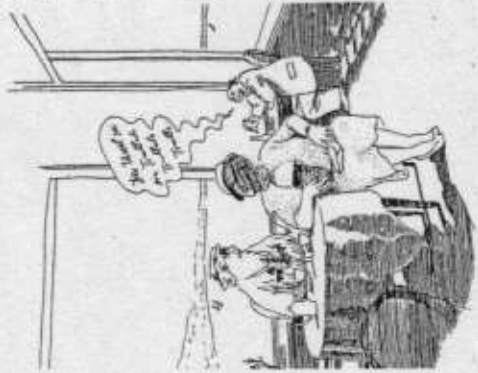
Isolation die Schamgrenzen relativ leicht mittels Konditionierung („en-gender“) und Konfrontation („weiter“) zu verschieben vermag. Wer als End-dreißiger den „Gemischten Sauna-PKK- Baggersee“ (wahlweise FKK- Baggersee oder Porno-) mit-erlebt hat, stellt fest, wie leicht ein bißchen Übung die Schamgrenzen lockert, die von unseren Erziehungs-agenten in mühevoller Konditionie-rungsarbeit Jahr für Jahr enger gezo-gen wurden.

NAKTE ELTERN, PRÜDE KINDER

Zusätzlich zu den natürlichen Auslösern für Schuldgefühl schreibt jede Kultur und jede Institution (zum Beispiel Familie, religiöse Organisa-tion), die mit menschlicher Ethik und Moral befaßt ist, bestimmte Verhal-tenstheorien vor und versucht, sie heranwachsenden Kindern zu ver-mitteln. Diese Vorschriften (mora-lisch-ethische Prinzipien) bilden die kognitive Komponente des Gewis-sens“ (4). Wir müssen also bei Schamgefühlen mit einer dreifachen Auslösung rechnen:

- instinktiv-emotionale (vorpro-grammierte) Auslöser (zum Beispiel Fremde)
- sozialisationsbedingte Modula-tion dieser Auslöser innerhalb der vorgegebenen Reaktionsnorm durch Konditionierung (zum Beispiel kei-ner Fliege ein Haar krümmen können vs. Vier-Sterne-Generale mit Homo-sexualität - „Vorwurf“ schassen)
- kognitive Auslöser (zum Bei-spiel Mutter zu Weihnachten nicht besuchen)

Am Beispiel der sexuellen Scham lassen sich die instinktiv-emotionalen Anteile des Schamgefühls und die - nicht immer glickenden - pädagogi-schen Beeinflussungsversuche deut-lich machen: Begeisterte FKK-An-hänger stellen oft mit Befremden fest, daß ihre Kinder mit zunehmen-dem Alter „prüde“ werden und am Strand auf einer Badehose oder ei-nem Badeanzug bestehen. Wenn sie nun wegen ihrer „falschen Scham“ gehänselt werden, kann es gesche-hen, daß sie sich dieser Schamhaftig-keit schämen und, dem Druck nach-gehend, doch nackt herumlaufen. Lieben die Eltern jedoch ihre Kinder gewahren, so kommt es zu dem nicht



„Unser, ich glaube, der meint dich.“

seltenen, komischen Schauspiel, daß die Eltern ihre „freimütige Nackt-heit“ mit allen körperlichen Merkmalen der Wohlstandsgesellschaft zele-brieren, während die Kinder züchtig verhält ihre Sandburgen bauen.

Auch Doktorspiele (eine der er-sten offensichtlich modernen sexu-ellen Regungen) sind im allgemeinen ebenfalls ohne direkten „erzieheri-schen“ Einfluß seitens der Eltern von Schamgefühlen begleitet. Sie haben möglicherweise genetische Wurzeln und werden mit Sicherheit aber auch von der Haltung, die Umwelt, Eltern und Erzieher, Kindergärtnerinnen den Geschlechtsorganen und ihren Funktionen gegenüber einnehmen, beeinflußt. Um die Ausbildung der konditionierbaren oder kognitiv prä-grammierten Anteile der Scham haben sich fast alle Religionen dieses Erdballs, in vorderster Linie die christliche, gesorgt und verdient ge-macht: „Es wäre falsch, den christli-chen Hintergrund der alexandri-schen Formen des Sich-Schämens zu unterschätzen ... Von schwäche-gender Bedeutung wurde der enge Zusammenhang, den der heilige Au-gustinus zwischen Erbünde - Ge-schlechtlichkeit und Wollst herge-stellt hat ... Aloysius von Gonzaga, 1726 heiliggesprochen, lebte es an, seine eigene Mutter zu küssen - aus Angst, durch diese familiäre Zärt-lichkeit zu schamlosen, sinnlichen Gedanken verführt zu werden“ (5). Wer glaubt, daß diese kirchlichen Bemühungen um unsere Schamhafti-Devotion und Servilität der Vergan-genheit „angehören“, der mag sich belibige Predigten, Hirtenbriefe, Kirchentagsberichte und -resolusio-nen, Erbauungsbücher oder Beicht-spiegel anschauen: Scham - und Schuld sind immer noch die probate-sten Mittel, die Schäfflein an der Kan-dare zu halten.

Während die anderen Emotionen oft deutlich mimische Ausdruckstor-men haben, zeigt sich das Schamge-fühl eher unauffällig: Der Mensch senkt den Kopf, wendet den Blick ab, oder er wirft nur flüchtige Blicke auf andere Menschen, er schlägt die Au-gen nieder oder bedeckt sie mit den Händen, wendet sich ab, läuft weg oder versteckt sich gar, versucht Kopf oder Körper mit den Händen zu bedecken oder zu verhüllen, lachelt verlegen, kichert oder lacht - bawei-len nimmt das Gesicht auch einen

zer- und geknickten, bedrückten Ausdruck an. Schuldgefühle sein be-einflusst Erleben, Ausdruck und Ver-halten eines Menschen gewöhnlich für einen längeren Zeitraum als Scham.

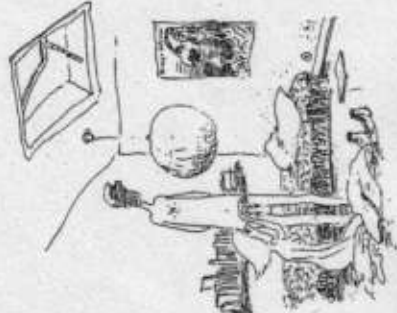
Wichtigstes Kennzeichen des Scham-Ausdrucks ist das Erröten. Über seine evolutionäre Funktion rätselte schon Charles Darwin: Soll es nur die innere Emotion kommuni-kativ sichtbar machen? Soll es dem Wunsch, sich zu verbergen, nachhel-fen? Oder ist es gar ein sexueller Lockruf, wie Morris das vermutet? Zimmer schreibt dazu: „Es wurde als Signal entwickelt, weil die Männer über die Jahrhunderttausende hin auf eine errötende Frau (und das heißt wohl, auf eine Frau, deren Erröten das Rotwerden in der sexuellen Erre-gung vorwegnahm und dem Mann aufreizend vor Augen führte) stärker reagierten als auf eine Frau, die die Annäherungsversuche des Mannes nicht durch Erröten quittierte“ (9). Das Paradoxon, daß das Erröten von den aussendenden Frauen eher als abweisend und peinlich empfunden wird, „ein Signal, daß die Signalege-beir gerne unterdrücken möchte und das oft um so intensiver ausfällt, je stärker sie es unterdrücken möchte“, löst der Verhaltensforscher Eibl-Eibesfeldt auf: „Die Partnerin stellt auch dann, wenn sie ihn liebt, Wider-stände entgegen. Sie gibt sich sprö- ... was bewirkt, daß der Mann werbend Mühe und Zeit investieren muß, um die Erwählte zu erobern“ (2). Nach dem psychologischen „Law of effort“ bewirken diese beiderseiti-gen Anstrengungen des Abweizens und Werbens eine Festigung der Bin-dung, die dem nachfolgenden Liebes-kampf und der späteren Aufzucht der lieben Kleinen nur zugute kommen kann. Das Erröten ist danach ein gesundes und wirksames, die Liebe antastendes „double bind“. Ich mag Dich, zeige mich angstvoll und mache mich vorerst mal auf die Flucht.

Neben diesen unwillkürlichen kör-perlichen Reaktionen bieten sich noch eine Reihe von konstruierten Verhaltensvorschriften als Scham- und Schuld Ausdruck an. Hier erfüllen Buße, Sühne- und Reuerituelle wert-volle Dienste: Kerzen spenden, Spenden geben, Steine schleppen, Rücken geißeln, auf Knien rutschen,

100 x „Ich will das nie wieder ma-chen“ aufschreiben, Hände in Un-schuld waschen, Füße küssen, Selbst-geißelungen, Rosenkranz-Beten, En-gelzeiten, Askese und Selbstzucht, Enthaltensamkeit von irdischen Genüs-sen wie Betschlaf, Kaviar und Rot-wein, um nur die wichtigsten zu nennen.

Die Schamgefühle drängen also nach Ausdruck, nach Entla-stung durch die Resonanz der Adressaten, der sozialen Umwelt. Die Schamreaktion ist eine prophylaktische Maßnahme, die über unter-würfiges, niedliches, scheues, mit-leiderregendes, putziges, reumütiges Verhalten der beflüchteten sozialen Ablehnung entgegenwirken will. Scham kann dabei so stark sein, daß der Betroffene lieber verschämt, aber ehrenhaft in den Tod (Kreuz-zug, Krieg, Selbstmord) geht, als daß er die antizipierte soziale Ablehnung riskiert. Angesichts der heute maßlos unterschätzten, immensen Bedeu-tung sozialer Gruppenzugehörigkeit und Anerkennung für den einzelnen in Jägerzeiten (wie auch heute) hätte diese regulative Emotion ihren evo-lutionären Sinn.

Richtig ausgedrückt hat die Scham nichts Deprimierendes an sich. Sie versöhnt uns mit unseren Mitmen-schen, sie führt zur inneren Entla-stung und öffnet damit wieder den Blick auf die persönliche Zukunft unserer sozialen Beziehungen. Ja sie



Höher schaute sich schrecklich. Nicht so sehr, weil Hilde ihn zum 1. Mal nackt sah, sondern weil er gestern für ihr gepulst hatte, er habe 3 Eier.

kann sogar positiv erlebt werden. Nach der „Distanzierungstheorie“ von Scheff (und jeder mag sie an sich selbst überprüfen) gibt es für jede, auch die sogenannten „negativen“ Emotionen Scham, Wut, Trauer und Angst, einen Intensitätsbereich, in dem sie als durchaus belebend und angenehm erlebt werden - vorausge-setzt, es findet eine kardiatische Aus-drucksreaktion statt, welche die mo-bilisierten Energien über Muskelbe-wegungen sowie Lungen- und Kreis-laufaktivitäten, für die sie ja auch gedacht sind, ableitet: Mimik, Gestik und Motorik.

RÜLPSEN UND FURZEN

Der „ästhetische“ als angenehm erlebte Intensitätsbereich hängt von einer Reihe von Faktoren ab: der Stärke der Reize, der inneren Betei-ligung und Betroffenheit sowie der Stärke der kathartischen Abreaktion - je stärker diese ist, desto geringer darf die ästhetische Distanz zum emotionalen Geschehen sein. Eine solche emotionsbezogene Reaktion kann möglich, so verträge ich viel-leicht gerade noch einen Kisch-Film, um richtig schön weinen zu können, während zu werden, Angst zu haben - und gerade noch die letzten Bilder der Schlammoper aus Norditalien in der Tagesschau, um einen „angeneh-men“ Schauer verlegener Betroffen-heit zu empfinden. Möchte ich aller-dings schon vor Scham im Erdboden versinken, glühe ich schon vor Wut, bin ich bereits todtraurig oder sterbe vor Angst, so hat mich das Gesche-hen so tief berührt, daß die „ästheti-sche Distanz“ unterschritten ist und die Empfindungen eine aversiv-de-primierende Qualität annehmen.

Eine weitere eigenartige Eigen-schaft von Scham (wie auch aller an-deren Emotionen) ist die, daß man ihren Ausdruck und sogar ihr Erle-ben verdrängen kann - ohne daß ihre Energien gebunden werden. „Die Spannung bei Verlegenheit kann ... - zumindest zum Teil - über eine lange Zeit oder sogar unbegrenzt ge-halten werden“ (7). So treibt sie dann im Verborgenen ein nicht minder destruktives Spiel als unterdrückte Wut, „pathologische Trauer“ oder nicht ausgedrückte Freude (bei der man schon Herzinfarkte beobachtet

forzt ihr nicht, hat es Euch nicht geschmeckt?" Magen- und Darmbeschwerden sind die Folge.

Das Husten und Niesen hat eine ebenso ausgesprochen ungesunde retrograde, autoaggressive Pervertierung durchgemacht. Statt daß wir un-

sere Bazillen mit laustarkem Husten und Prusten in die Freiheit hinaus katapultieren und damit unserem krankelnden Organismus entziehen (wir könnten sie dann auch noch nach Frau Doktor Luze tottrampeln!), behalten wir sie in Bronchien und Nase, bis erstere Schleim schlagen und letztere sich selbst voll davon hat und zu laufen anfängt – und das nur, weil wir es inzwischen als unfein empfunden, lauthals zu niesen.

SCHAM GEGEN AGGRESSION

Nach was lecken wir uns eigentlich heute noch die Finger? Schauen Sie sich eine Geburtstags- oder Abendgesellschaft an, die Hähnenchen verzehrt: Wie schelmisch-verstohlen-freudig-entschuldigend wird mit erfindender Beharrlichkeit gerechtfertigt, daß man hier nun sogar laut Knigge mal die Finger zum Essen benutzen darf – wie schön!

Von der Aggressionstrost ganz zu schweigen: "Gemessen an dem Kampflustor des abessinischen Kriegers – ohnmächtig ganz gewiß gegenüber dem technischen Apparat des zivilisierten Heeres – oder an dem Furor der verschiedenen Stämme in der Völkerwanderungszeit erscheint die Kampflust auch der kriegerischsten Nationen in der zivilisierten Welt als geläpft ... sie ist durch



eine Unzahl von Regeln und Verbote, die zu Selbstzwängen geworden sind, eingeengt und gebündelt. Sie ist so verwandelt, "verfeinert", zivilisiert", wie alle anderen Lustformen und nur noch im Traum oder in einzelnen Ausbrüchen, die wir als Krankheitserscheinungen verbuchen, tritt etwas von ihrer unmittelbaren und unregulierten Kraft in Erscheinung" (3). Vorsicht: Begehen wir nicht den heute sehr verbreiteten Fehler, Kampflust mit waffenrechtlicher, atomarer, biologischer oder chemischer Vernichtungskraft zu verwechseln; beide stehen eher in einem reziproken, umgekehrt proportionalen Verhältnis zueinander. Der elementare Kampf findet ohne Waffen, mit allen emotionalen "Aggressions-Bremsen" statt. Ein Hauch dieser Kampflust spüren wir heute nur noch im emotional "raffinierten" Sport, auf dem Fußballplatz oder im Boxring. Im großen und ganzen ist aber unsere Kampflust pervertiert in aggressiven Voyeurismus, der sich vor dem Fernseher und im Kino auslebt – und bisweilen in perfiden Mord und Totschlag entgleitet.

Von der reaktiven Wut bis zur spontanen Aggressionstrost, von der passiven Frustration über das aktive Rivalitäts- und Konkurrenzverhalten bis hin zum absoluten Necken und Argern – eine Vielfalt aggressiver Gefühle treibt uns. Diese zahlreichen aggressiven Dispositionen und Neigungen werden nun, das wissen wir seit Lorenz, von quasi festinstallierten Aggressionsantagonisten in Schach gehalten: Mitleid, Angst (die eigene und die des Gegners), Schwäche, Ekel, Schamgefühle, Schuldgefühle und andere. Einer dieser Widersacher ungezügelter Aggressivität ist also die Angst vor sozialer Ablehnung und Bestrafung, unser emotionales Scham- und Schuldempfinden. Die Antagonisten – hier die auf welche Weise auch immer entstandene Wut oder Aggressionstrost, dort Gefühle von Scham und Schuld – stehen sich normalerweise in einem labilen Gleichgewicht gegenüber: Wird die Balance gestört, so obliegt auf der einen Seite Niedertracht, Geisteslosigkeit, Infamie, Intrigant und Gemeinheit, auf der anderen Seite im wahrsten Sinne des Wortes deprimierende Scham- und Schuld-

last. Nun ist noch eine elende Mischung denkbar (und leider oft anzutreffen): eine Aggressionsbenennung im persönlichen und intimen Umgang mit den vertrauten Mitgliedern der engeren sozialen Gruppe – gepaart mit blinder Scham- und Rückschlußlosigkeit gegenüber Personen, die außerhalb dieser Gruppe stehen. Hier schämen viele der natürlichen Aggressionsbenennungen ausgeschaltet zu sein, und es wirkt nur noch das kulturell überformte Schuldgefühlssein – ein wahrhaft wandelbares Chameleon mit archaischem Kern. Wie werden die meisten natürlichen emotionalen Aggressionsantagonisten durch zwei Dinge ausgeschaltet und unwirksam gemacht: Waffen und Sprache. Die Waffen machen den Feind unsichtbar, unfühlbar, unhörbar, die Sprache verführt zu Konspiration und Koalition. Wir schämen uns gegenüber einer anonymen Öffentlichkeit in weit geringerem Ausmaß, wenn wir uns der sozialen Unterstützung unserer kleinen sozialen Gruppe sicher sind: Was haben wir an sozialen Sanktionen zu befürchten, wenn unsere intimen und vertrauten Partner und Freunde zu uns halten?

Richten wir unseren ernüchterten Blick auf die sexuelle Scham. Da gibt es aufrechte Richter, die dieser Tage einen Exhibitionisten in Nordhessen zu einem Jahr Gefängnis verurteilten, wo allenthalben die Nackten und Halbnackten im Freibad, am Flußufer und Baggersee, im Kino und am Kiosk sich zeigen und offenbaren.

Andererseits muß man sich dennoch versehen, daß man beim Plündern in Wald und Flur nicht von Oma (mit Hänchen) an der falschen Stelle erwischt wird: Ein Prozeß wegen Exhibitionismus steht ins Haus.

Über den Zusammenhang von Verhüllung und Nacktheit, Schamhaftigkeit und Nacktheit wird allenthalben spekuliert. Den verbreiteten Kurzschluß, Nacktheit habe etwas mit Sinnenfreude und die Verhüllung der Scham etwas mit Sinnenförmlichkeit zu tun, der als unausgesprochenes Grundaxiom so mancher Theorie und manchem Buch schlicht zugrundegelegt wurde, diese naive Annahme können wir gleich aufgeben. „Sehr oft werden die Geschlechtsorgane durch Kleidung ver-

borgen. Es gibt jedoch auch Völker, die für unsere Begriffe splitternaack gehen, z.B. die Yanomami, deren Frauen nur eine dünne Schnur um die Leibesmitte tragen. Aber selbst diese Schnur ist symbolisch „Bekleidung“. Fordert man eine Frau auf, sie abzulegen, dann gerät sie genauso in Verlegenheit wie eine Frau unserer Kultur, wenn man sie bitte, sich auszuziehen" (2). Die Eigenschaft, sich zu schämen, ist in allen Kulturkreisen anzutreffen: ob die erogenen und erotisierenden Zonen zu sehen sind oder verhüllt, ob im Bett der Teufel los ist oder das Ganze dem deutschen Sprachgebrauch folgend als Beischlaf am Samstagabend nach dem Baden abgetan wird.

„Let's do it on the road“, von Popängern lauthals verkündet, hat sich zu keiner Zeit, in keiner Gesellschaft durchgesetzt – außer bei Kulturhandlungen in Fruchtbarkeitsriten. „Das menschliche Geschlechtsverhalten ist in allen Kulturen, die wir diesbezüglich kennen, von Verboten geregelt“ (2). Wenn der Beischlaf auch nicht mehr überwiegend im Dunkeln mit dem Rosenkranz in der Hand durchgeführt wird, so schaffen es unsere vitalen gesunden exhibitionistischen Tendenzen doch nicht, daß wir uns allerorten, in der Telefonzelle wie im Gourmet-Restaurant, am überfüllten Strand wie in der Arbeitsbesprechung der Liebeslust hingeben. Die Scham grenzt die Geographie der Sexualität ein, was nicht heißt, daß nicht ein gehöriger Spielraum für Ausgelassenheit, Spontanität, Darbietung und Beobachtung von Lust gegeben wäre: Realitätsnahe Übungen verschieben die Schamsschwelle in gewissen Grenzen sehr leicht! Im übrigen erlaubt „das Verhüllen der Scham ... besondere Formen gezielter Koketterie, und es wirkt Adaptationserscheinungen bei den Ehegatten entgegen“ (2). Nacktheit und Sinnenfreude stehen also in einem komplizierten Zusammenhang, als dies etw simple „Fleischlust“ vermuten läßt.

Wie kommt es nun zu sexueller Schamhaftigkeit? Welchen evolutionären Vorteil bringt sie? Eibl-Eibesfeldt klärt uns auf: „Während des Sexualaktes ist der Mensch so an seinen Partner hingegen, daß er die Umwelt nicht mehr klar wahrnimmt und daher verwundbar ist.

Martin Dannecker
Das Drama der Sexualität
1987, 190 Seiten, M. DM 25,-
ISBN 3-610-08468-5

Wie funktioniert die Beschönigung der Sexualität durch die Gesellschaft, deren Normen und Moral und hat nicht durch die individuelle Anpassung? Der bekannte Sexualforscher Martin Dannecker beleuchtet das weite Spektrum menschlichen Sexualverhaltens anschaulich und kompetent.

Friedrich Koch

Sexuelle Demasculierung

Die Sexualität in der politischen Auseinandersetzung
1986, 224 Seiten mit Abbildungen,
M. DM 29,80
ISBN 3-9006-0237-9

Friedrich Koch hat die „Führer“ zurechtgemessen, bei denen Menschen mit Argumenten aus dem Sozialleben „stigmatisiert“ wurden. Überblickt man nur die letzten 50 Jahre, dann reicht die lange Kette von Ernst Röhm bis Gerhart von Fritsch, von den Juden bis zu den Sozialdemokraten, von Willy Brandt, Hans-Liess, Mose und Paul Newman bis zu Franz-Josef Strauß, Helmut Kohl und General Kießling, von der sozialistischen Koffein bis zu den Grünen. Die jüngsten Ereignisse in Schleswig-Holstein sind der Beweis für die bestimmende Aktualität von Kochs Thesen.

athenaum



304 Seiten, kartoniert, DM 28,-

Prof. Tomatis hat erforscht, daß eine „gehungerte“ pränatale Kommunikation mit der Mutter die Grundlage für Lebensbejahung und Liebesfähigkeit ist.

Ein wichtiges Buch für künftige Mütter und Väter und für alle, die sich mit ihrer eigenen Persönlichkeit beschäftigen wollen.

Rowohlt

te schon zu sehr, als daß wir noch feilschen könnten?

Auch verdientes oder gar unverdientes Lob verunsichert unser sonst so robustes Gefäßsystem und läßt vermehrt Blut in die Kapillaren der oberen Extremität strömen.

Was aus einem Zwerger an Schamgefühl resultiert wissen wir, wenn wir in die Presse und das Fernsehprogramm (inklusive der Nachrichten) schauen: schamlose Menschenverachtung und Naturzerstörung. „Ja, man darf ohne zu übertreiben sagen, daß die ökologisch notwendige Scheu vor einer nicht bloß als Beute, Material oder Müllhalde verstandenen Natur gleichsam die Außenseite jener innerlichen und die innere Integrität beschützenden Gabe ist, die den Menschen als wirklich humanes Wesen auszeichnet: der Gabe, sich zu schämen“ (5). Diese Psycho- oder Soziopathie anzuprangern, sollten wir nicht müde werden.

SCHAM UND DEPRESSION

Als Psychotherapeut habe ich mit dem „Rest der Welt“ zu tun, mit Menschen, die unter einem vermeintlichen oder tatsächlichen Zuviel an Schamgefühlen und Schuldgefühlen leiden, an ihrer Verdrängung oder einer panischen Angst vor je dem Quentchen Scham und Schuld (den schuldgefühltigen Männern muß dann klar gemacht werden, daß ihr Kopf ja schließlich nicht direkt in den Hintern übergeht, sondern dazwischen ja noch die Schultern platziert sind, auf denen man auch mal was sitzen lassen sollte). Störungen, die sich aus eskalierter Scham- und Schuldgefühlen herleiten, sind, neben allgemeiner und spezieller sozialer Unsicherheit, Depressionen, die Erlebensangst, Zwangsverhalten, Gedanken und -impulse, psychogener Tremor, Schweißausbrüche, um die wichtigsten zu nennen.

Die Erlebensangst kann als eine durch negative Rückkopplung eskalierte Schamreaktion aufgefaßt werden. Dieser Mechanismus hat schon Darwin stark beschäftigt: „Erörten ist nicht nur unwillkürlich; der Wunsch, es zu unterdrücken, führt zur Selbstaufmerksamkeit und steigert sie“ (10). Schämten wir uns heute

gerat damit die Neigung, zu erröten.“

Die Therapie folgt dem Paradigma der Reizkonfrontation und ist darauf angelegt, den Patienten mit der Situation, die er befürchtet, zu konfrontieren, mit der Reaktion der sozialen Umwelt auf sein unangemessenes hypertonisches Schamverhalten und das Verstecken vor seinen Mitmenschen („Hoffentlich merkt niemand, daß ich mich schäme/rot werde“) aufzugeben, sich zu schämen, respektive rot zu werden und die Reaktion seiner Schaminitiatoren „offen“ entgegenzunehmen – nicht leicht für schamige Zwangspatienten, Depressive, Sozial- oder Erythrophobiker.

Lewis sieht im Falle „nicht entladener Scham“, Scham, die nicht ausgedrückt wurde und der entsprechend auch nicht die „soziale Rehabilitation“ durch die Mitmenschen folgte, die Gefahr einer Depression. Der Geschlechtsunterschied bei der Anfälligkeit für Schamreaktionen wie auch bei der Depression „zugunsten der Frauen steht damit im Einklang. „Eine Untersuchung an depressiven Patienten von Marshall und Fard (1972) zeigte, daß Schamlichkeit zu den wichtigsten Emotionen im Emotionsprofil depressiver Patienten gehörte“ (4). Die Therapie hat also Schamantagisten aufzubauen und zu stärken, so da sie Neugier, sexuelle und aggressive Lust, Wut, Selbstbewußtsein, Fröhlichkeit, Aktivität und Sinnesfreude

- Literatur
1. Houtmann, W.: „Therapeutische Aspekte der Scham“, 1985.
 2. Ellis, Albert: „Die Biologie des Erörtnisses“, 1985.
 3. Lewis, M.: „Die Biologie des Erörtnisses“, 1985.
 4. Lewis, M.: „Die Biologie des Erörtnisses“, 1985.
 5. Lewis, M.: „Die Biologie des Erörtnisses“, 1985.
 6. Lewis, M.: „Die Biologie des Erörtnisses“, 1985.
 7. Lewis, M.: „Die Biologie des Erörtnisses“, 1985.
 8. Lewis, M.: „Die Biologie des Erörtnisses“, 1985.
 9. Lewis, M.: „Die Biologie des Erörtnisses“, 1985.
 10. Lewis, M.: „Die Biologie des Erörtnisses“, 1985.

Dr. rer. nat. Wolfgang Rost, 1975 Diplom in Psychologie, bis 1982 Wissenschaftlicher Assistent, seitdem selbstständige Psychotherapeut mit Praxis in Marburg/L., Supervisor und Lehrbeauftragter für Verhaltenstherapie, zahlreich Lehraufträge an verschiedenen Universitäten. In zwei Büchern (siehe Literaturverzeichnis) hat sich Rost mit den gesellschaftlichen und therapeutischen Aspekten von Gefühlen befaßt.

Hans-Peter Dürr

DER NUDISTISCHE BLICK

„If one were properly educated“ – wenn man nur richtig erzogen wäre – heißt es bereits im Jahre 1878 in einem Artikel, welcher in der vom „Washington Woman's Club“ herausgegebenen Zeitschrift *Alpha* erschien, so würde niemand durch irgendeinen unbedeckten Körperpart des Menschen sexuell gereizt werden.

Diese These, die besagt, daß die Nacktheit des menschlichen Körpers im Wesen unerotisch sei, war auch später die Grundüberzeugung der Nudisten, oder wie es die „Ligue Vivre“ der französischen Anhänger der Nacktkörperkultur formulierte: „La nudité est asexuelle, elle libère l'esprit de toutes les pensées érotiques, fruits de la curiosité et de l'imagination.“

So demonstrierte im Jahre 1923 ein deutscher Nudist anhand seiner Nacktfotos, „daß durch die Betrachtung reiner, keuscher Nacktheit rohe sinnliche Triebe abgetötet werden“ – was man z. B. nach dem Genuß des Ufa-Filmes „Wege zu Kraft und Schönheit“ fast geneigt ist zu glauben – und bereits 1907 verlaute die Nudist Ungewitter, der Anblick des Nackten löse sinnliche Regungen nur bei „entarteten Naturen“ aus. Freilich scheinen danach auch Ungewitter und seine Gesinnungsfreunde ein bißchen aus der Art geschlagen zu sein, denn er schrieb einige Zeit später:

„In nackter Gesellschaft muß man sich anständiger als unter Bekleideten benehmen und muß in Worten, Gebärden und Blicken sehr zurückhaltend und vorsichtig sein“, worauf er ausführte, die Nudisten befehligen „sich strengster Selbstzucht“, um jegliche geschlechtliche Erregung zu vermeiden.

In der Tat sind auch heute noch manche amerikanische Nudisten darauf stolz, einen langen Augenkontakt aufrecht erhalten zu können, was darauf hindeutet, daß sich die Nudisten gleichsam am Gesicht des ande-

opposite sex. They're so sensitive, they imagine things.“ Wenn wir also weiter oben gesagt haben, daß die nackten Japaner im Badehaus des vergangenen Jahrhunderts ein „Phantomkleid“ anhattent, so gilt das gleiche für die westlichen Nudisten, die wohl gar nicht wußten, wie recht sie hatten – freilich in einem etwas anderen Sinne – wenn sie davon sprachen, sie trügen ein „Naturkleid“ oder ein „keusches Lichtkleid“.

Doch nicht allein dem Auge wurden die Fesseln angelegt, vielmehr wurde nach Möglichkeit alles ausgeschaltet, was der Herstellung einer erotischen Atmosphäre dienlich sein konnte. Da im allgemeinen das Ausziehen der Kleider erotischer ist als die Nacktheit selber – wäre es anders, so gäbe es eine „Nude Show“ und keinen Striptease – entkleideten sich die Nudisten meist in ihren Kabinen. Als sich einmal Darmstädter Nudistinnen vor einem nackten Gast aus Frankreich auszogen, befürchtete dieser eine auffällige Zustandsveränderung seines Zeugungsgliedes und atmete erleichtert auf, als die Damen endlich entblößt vor ihm standen.

Weiterhin ist in den meisten Nudistencamps nicht nur der Genuß von

