

Norbert Nagel

Beschämung – die kalte Berührung

Das Schamerleben

Scham ist wohl das unangenehmste Gefühlserleben. So unangenehm, dass wir es am liebsten überspielen, uns damit zurückziehen, uns unsichtbar machen. Uns ist dann danach, im Boden zu verschwinden, uns zu verstecken.¹ Das Selbst ist bedroht, erlebt sich als unmöglich, nur noch peinlich. Wir fühlen uns schutzlos ausgeliefert und bloßgestellt. Nicht nur für unser Tun, sondern als Mensch, als Person. Unser Selbst ist im Moment der Scham in der Auflösung begriffen.

Nicht selten führt Scham zu Suizid. Oder wir bäumen uns gegen das Vernichtungspotenzial der Scham auf, setzen alle Kraft ein und gehen in den Angriffsmodus über. Gehen über in selbstgerechtes Verhalten und verurteilen andere bis hin zum tätlichen Angriff. Auch unter Schuld leiden wir. Das Schuldenerleben bezieht sich in der Regel auf ein Verhalten, auf etwas, das wir getan haben. Wir können uns davon distanzieren, können Verantwortung übernehmen, können Reue zeigen, um Entschuldigung bitten oder etwas tun, um das wieder gutzumachen, womit wir schuldig geworden sind. Wir bleiben bei aller Schmach durch Schuld handlungsfähig. Das fehlt uns beim Schamerleben. Das ist eine Erklärung dafür, dass sich Eltern bisweilen für die Behinderung ihres Kindes schuldig fühlen, obgleich sie keine Schuld trifft. Es ist der Versuch, die im Verborgenen wahrgenommene Scham über eine erlebte Verletzung des Selbstbildes und Selbstwerts zu vermeiden und die Hoffnung zu behalten, etwas wieder gut oder ungeschehen machen zu können.

Der bezogene Kontakt und die Entwicklungsaufgabe der Scham

In seinem Ursprung ist das Schamerleben mit der Frage verbunden, ob ich so sein darf und in Ordnung bin, so wie ich bin. Und ob ich erwarten kann, von anderen so akzeptiert zu werden, wie ich bin.

Bereits im Säuglingsalter macht es einen entscheidenden Unterschied für den Säugling, ob sein Gegenüber sich von seinen Lebensäußerungen berühren lässt, empathisch in sie einfühlt und mit dem liebenden Blick darauf schaut. Ob wir als Gegenüber mit allen Sinnen die Gefühlsregungen wahrnehmen und darauf reagieren. Ob wir – wie ich es hier nenne – in bezogenem Kontakt mit dem Säugling sind. Oder ob wir den Säugling

technisch versorgen, nebenbei telefonieren oder von einem unbeschwerten Leben ohne Kind träumen. Dann erlebt das Kind, was ich die kalte Berührung nenne.

Die kalte Berührung führt zu dem Schamerleben: mit mir stimmt etwas nicht. Ich bin gar nicht wirklich. Erst im präsenten Gegenüber findet der Mensch zu sich selbst. Der Weg ist der bezogene Kontakt.

Im Kleinkindalter, wenn die selbstständige Fortbewegung und das Sprechen möglich werden, braucht das Kind ein Gegenüber, das sich bemüht, es in seinem Tun und Erleben intuitiv zu verstehen. Das genau beobachtet und darauf reagiert im Verhalten und mit Sprache. Die Sprache anbietet, wo dem Kind noch die Worte fehlen und wachsam ist, ob die angebotenen Worte stimmig zu dem sind, was das Kind von sich zeigt. Dann existiert das Kind im Blick des anderen und das ist der Weg, zu sich selbst zu finden. Dazu gehört auch, dass das Weggehen des Kindes aus dem Kontakt respektiert wird. Es dreht seinen Kopf weg, will nicht gesehen werden, zieht sich in sich zurück. Es schützt sein Selbst vor den eindringenden Blicken und auch das ist erlaubt, ohne die Bezugsperson zu verlieren.

Dieses Verständnis gelingender Entwicklungschancen durch bezogenen Kontakt erfordert keine Unterscheidung zwischen einem behinderten und einem nicht-behinderten Kind. Wenn zum Beispiel ein schwerbehindertes Kind auf die Nennung seines Namens mit einer Bewegung oder einem Laut reagiert, zeigt es auf diese Weise, dass es die Namensnennung als relevanten Stimulus wahrgenommen hat. Versteht die Bezugsperson die Bedeutung der kindlichen Reaktion, wird sie darauf reagieren und zum Beispiel sagen: „Schön, dass Du mich hörst“. Der dialogische Prozess ist im Gange, der jeweils auf den spezifischen Möglichkeiten aufbaut und die Grundform zur Entwicklung und Selbstfindung eines jeden Menschen ist.

Wenn sich das Kind in den Worten des Gegenübers nicht wiederfindet und in den Verhaltensweisen des Gegenübers nicht die passende Ergänzung seines eigenen Tuns erfährt, findet sein Selbst keine Kontur und längerfristig kein Selbsterleben, keine Selbstakzeptanz und keinen Selbstwert.

Wenn das Kind der gesunden Symbiose mit Mutter und Vater entwächst und sich als eigenständiges Gegenüber mit Eigenarten und Eigenheiten erfährt, ist es angewiesen darauf, auch in dieser Unterschiedlichkeit wahrgenommen und angesprochen zu werden.

Es braucht ein Gegenüber, das nachfragt und sich bemüht, das Kind in seiner Besonderheit zu verstehen, und mit ihm in Austausch tritt. Das führt zu der Erfahrung, dass eigen sein und in Beziehung sein kein Gegensatz ist. Im Gegenteil: der bezogene Kontakt ist die Bestätigung für das Kind, dass seine Besonderheit es wert ist, im Dialog ein respektiertes Gegenüber zu sein. Zu spüren: Ich darf sein wie ich bin und werde gesehen wie ich bin und ich bin gut so wie ich bin.

Die Grenze des Selbst zu finden ist bedroht von Beschämung durch Kontaktabbruch. Nur im bezogenen Kontakt kann sich das Kind im Gegenüber finden. Das sichere Selbst ist die Entwicklungsaufgabe der Scham.

Beschämung als Krise der Beziehung

Die kalte Berührung ist das Nebeneinander ohne Bezug aufeinander und führt zu dem schmerzlichen Erleben, in den Augen der anderen nicht gesehen und liebevoll angenommen zu sein. Léon Wurmser sagt es so: „Die Macht der Augen: Sie sehen alles, nur MICH sehen sie nicht.“ (Wurmser 1981, S. 216²) Die andere Form der kalten Berührung ist der eindringende Blick, der das Wegsehen des Kindes, seine Abgrenzung nicht respektiert. Die kalte Berührung hilft dem Kind nicht, die Grenzen des eigenen Selbst zu entwickeln. Es kann sich im Gegenüber nicht finden und erlebt den Blick als übergriffig, als Gewalt. Das nicht gefestigte und von anderen bedrohte Selbst will verschwinden. Das ist das Erleben von Scham.

Um dem Drama der Scham zu entkommen, um nicht den Weg des Versteckens gehen zu müssen, bleibt die Selbstgerechtigkeit. Sich über andere erheben, alles besser wissen, andere ignorieren. Es wird gelebt, was erlebt wurde. Denn Selbstgerechtigkeit ist der Spiegel der kalten Berührung.

Scham ist also das Ergebnis von Demütigung durch Kontaktverlust in Beziehung. Wir sprechen in diesem Sinne auch von dem Prozess der Scham. Er kann durch die Anpassung an die externale Demütigung aufrechterhalten werden. Er kann lebenslänglich fortgesetzt werden, indem wir intern an uns Anforderungen stellen, die uns nicht gemäß sind. Wir schämen uns dann, wenn wir den eigenen Anforderungen nicht genügen. Wenn wir Ziele verfolgen, die wir nicht erreichen können. Uns Aufgaben vornehmen, die wir nicht schaffen. Wir sind empfänglich dafür, wenn die Entwicklungsaufgabe der Scham nicht bewäl-

tigt wurde. Dann ist unser Selbst geschwächt und wir haben nicht den Mut zu angemessener Selbstdefinition und der Bestimmung uns selbst angemessener Aufgaben und Ziele. Dieser Prozess wird gefördert durch entfremdete Arbeit und den Konsumcharakter unserer Gesellschaft. Beides fördert oft unsere Bereitschaft, Aufgaben und Ziele anzunehmen, bei denen wir die Chance haben zu scheitern und uns zu schämen. Das geschwächte Selbst kann sich schwerlich Aufgaben und Ziele setzen, an denen es wachsen kann.³

Wie Beschämung das Lernen verhindert⁴

Das Nadelöhr zum Lernen ist das Eingeständnis, etwas nicht zu wissen. Darum sagt der Lehrer: „Wenn Du was nicht verstehst, dann frag doch.“ Und die meisten Lehrer machen die Erfahrung, dass in der Regel die Schüler fragen, die ansonsten gute Leistung bringen. Die schwächeren schießen mit Papierkügelchen, starren auf das Buch vor sich oder schauen verträumt in die Gegend. Sie sind beschäftigt mit der Abwehr der Scham, nicht mit Lernen.

Damit sind drei Lernstrategien im Kontext von Scham benannt. Es sind die Vermeidungsstrategien der Passivität. Eine Passivform ist die Agitation wie zum Beispiel Papierkügelchen schießen. Ich verschaffe mir Spannung durch Störverhalten, das bis zu Gewalttätigkeit gesteigert werden kann. Eine andere ist das Lernen in Form von Überanpassung. Ich mache genau das, was der Lehrer sagt, ohne selbstständig zu denken oder gar zu widersprechen. Die dritte Passivform ist das Nichtstun. Ich sitze den ganzen Nachmittag vor den Hausaufgaben und träume davon, wie schön es wäre, jetzt draußen bei den Freunden zu sein, komme aber mit den Aufgaben nicht voran.

Die Unterstützung in fördernder Beziehung

In der Arbeit mit Kindern sollten wir generell zunächst die Schamfalle ausschließen, d. h. antithetisch zum Schamprozess agieren.

Für die fördernde Beziehung ist das die Aufforderung, in bezogenem Kontakt mit den Kindern zu sein. Die wesentlichen Komponenten hierfür sind: Nachfragen, Einfühlen, Einstimmen.⁵ Ein Beispiel: Das Kind fällt hin und weint. Die Mutter sagt: Tut gar nicht weh. Eine Reaktion in der Art der kalten Berührung.

Im bezogenen Kontakt sehe ich mein Kind weinen und nehme es auf den Arm – wohl wissend, dass ich noch gar nicht weiß, warum es weint. Ich werde nachfragen: Warum weinst Du? Tut es weh? Hast Du Dich erschrocken? Hast Du Angst, dass ich schimpfe? Oder ärgerst Du Dich, dass die Katze weggerannt ist?

Ich frage nach und rege damit das Nachdenken des Kindes an, die Ursache seines Weinens zu ergründen. Irgend etwas Bedeutsames ist für das Kind passiert, das Gefühl zeugt davon. Es geht um die subjektive Bedeutsamkeit und ich bin gefordert, mich darin einzufühlen. Die innere Logik von Ereignis und Erleben im Kind nachzuvollziehen und annehmend zu spiegeln, Verständnis zu zeigen, mich einzustimmen. Damit kann im bezogenen Kontakt das Kind erleben, wer es ist, und dass es so sein darf, wie es ist. Dass es meine respektvolle Aufmerksamkeit verdient und wir in bezogenem Kontakt bleiben.

Erst danach werden wir je nach Alter und Entwicklungsstand über das Tun sprechen: darüber sprechen, wie wir die Schürfwunde versorgen, dass es sich erschrocken hat, weil es beim Nachlaufen der Katze nicht auf den Boden geschaut hat, dass ich mich ärgere, dass ich die Hose jetzt schon wieder waschen muss oder dass wir uns der Katze das nächste Mal ganz langsam nähern werden.

Wir stärken durch bezogenen Kontakt das Selbst im Gegenüber. Und damit ist die Chance erhöht, dass das Kind aktiv mit mir in die Auseinandersetzung des Lernens, der Beziehungsgestaltung oder Problemlösung geht.

Emotionale Kompetenz statt Scham

Scham entsteht wie oben beschrieben durch Grenzverletzung des Selbst – durch Isoliertsein oder durch gewaltsames Eindringen des Gegenübers.

Das entwickelte Selbst würde auf Grenzverletzungen mit lebendigen und lösungsorientierten Gefühlen reagieren. Für den Schutz der Grenzen haben wir abwehrende Aggression und Ärger. Zugleich würden wir Trauer erleben, dass der geliebte Mensch, auf den ich angewiesen bin, mich so verletzt. Ich würde Angst verspüren, ob ich jemals erleben werde, so geliebt zu werden, wie ich bin. Und ich könnte einen Moment der Freude erleben, der Herausforderung der kalten Berührung mit lebendiger Energie begegnen zu können.

Menschen, die die Entwicklungsaufgabe der Scham nicht hinreichend bewältigt haben, werden bei sozialer Grenzverletzung oder der Demütigung durch eigene innere Ansprüche gar nicht diese lebendigen Gefühle erleben, sondern die Scham wird das Erleben dominieren. Das heißt, die lebendigen Gefühle werden nicht wahrgenommen und es werden keine Erfahrungen im Umgang mit ihnen gemacht. Hier wäre ein Training emotionaler Kompetenz zur Überwindung von Scham hilfreich.⁶

Dipl. Päd. Norbert Nagel, Sonderpädagoge

Lehrender Transaktionsanalytiker DGTA/EATA/ITAA

Seniorteacher Emotionale Kompetenz DGEK

Mediator, Trainer, Coach, Berater

Dozent für Erziehungswissenschaft Pädagogische Hochschule Heidelberg a.D.

Leiter des Institut IPE Neckargemünd bei Heidelberg

www.IPE-Nagel.de • Kontakt: TASeminare@IPE-Nagel.de

Literatur

¹ Ben-Ze'ev, Aaron (2013): Logik der Gefühle – Kritik der emotionalen Intelligenz, Frankfurt am Main, S. 302 ff. Ben-Ze'ev hat den Aspekt des Versteckens als Richtung der Scham herausgearbeitet und in Bezug zur Biblischen Schöpfungsgeschichte gestellt.

² Wurmser, Léon (1981): Die Maske der Scham, Hohenwarsleben

³ Zu Scham als Teil von Kultur siehe auch Marks, Stephan (2007): Scham – die tabuisierte Emotion, Düsseldorf

⁴ Ausführlicher dazu Nagel, Norbert (2009): Beziehung als Schlüssel zum Lernen – Begründung einer beziehungsorientierten Pädagogik und Andragogik. In: Zeitschrift für Transaktionsanalyse 2/2009, S. 128 – 141, Download https://ipe-nagel.de/wp-content/uploads/2021/02/Nagel-2009_Beziehung-als-Schlüssel-zum-Lernen_ZTA.pdf

⁵ Erskine, Richard (1996): Nachfragen (inquiry), Einstimmung (attunement) und Einbindung (involvement) in der Psychotherapie von Dissoziation, Zeitschrift für Transaktionsanalyse 4/96

⁶ Zu Trainingsangeboten zur Emotionalen Kompetenz informiert die Deutsche Gesellschaft für Emotionale Kompetenz gem. e.V., www.DGEK.de.

Steiner, Claude (1997): Emotionale Kompetenz, Wien.

Petra Reeg-Herget (2008): Was die Kinderseele stark macht, Ludwigshafen

Monique Naef (2021): Akzeptanz der Gefühle und die warme Dusche machen Kinder stark.

Ein Praxisbeispiel aus der Kindergartenarbeit zur Förderung von Selbständigkeit und Selbstverantwortung. <https://dgek.de/praxisbeispiele/>

fiduz vertrauen, zutrauen n° 47



Inhalt

Leitthema: Berührung – Berührt sein – Berührungspunkte Heft II

Prof. Dr. Otto Speck und Prof. Dr. Hans Weiß
das interview

Prof. Dr. Otto Speck
Kopfdanken und Herzdanken

Prof. Dr. Hans Weiß
Berührt sein vom Älterwerden in der Frühförderung mit und ohne Pandemie

Laura Ute Melzer
Berührung verbindet

Nina Allwang
Die Bedeutung von Berührung und Berührtsein für mein professionelles Handeln
als Physiotherapeutin

Ulrike Schießle
Mit allen Sinnen

Anne-Sophie Liehr
Was mich als jungen Menschen berührt

Familie Langenfelder
Auf einmal verliert man jeden Fahrplan, den man sich jemals für sein Kind vorgestellt hat

Prof. Dr. Gabriele Brandstetter, Martina Wolf
Im Tanz berührt ...

Norbert Nagel
Beschämung – die kalte Berührung

Dr. med. Angelika Enders
Nachruf auf Prof. Dr. med. Remo Largo

Impressum

Impressum

fiduz Infoblatt der Arbeitsstelle Frühförderung Bayern, Medizinische Abteilung
Heft 47, 24. Jahrgang 2021; www.fiduz-infoblatt.de

ISSN 1619-2958

Herausgeber: Arbeitsstelle Frühförderung Bayern, Medizinische Abteilung
Seidlstr. 18a, 80335 München, Tel. 089/54 58 9-840
Net: www.fruehfoerderung-bayern.de

Redaktion und Layout: Barbara Haberstock, Martina Wolf

Herstellung: Rist Satz & Druck GmbH, 85304 Ilmmünster

Auflage: 600

Erscheinungsweise: halbjährlich

Die Redaktion behält sich die Auswahl und Zusammenstellung der Beiträge vor. Die Verantwortung der namentlich gekennzeichneten Artikel liegt bei den Verfasser*innen und stellt nicht unbedingt in allen Punkten die Meinung des Herausgebers dar. Die Redaktion behält sich das Recht auf redaktionelle Überarbeitung und Kürzung der Beiträge vor.

Bildnachweis: Alle Fotos dieser Ausgabe mit Ausnahme der Portraits von Prof. Speck und Prof. Weiß (von Dr. Angelika Enders) wurden uns freundlicherweise kostenlos von Laura Ute Melzer zur Verfügung gestellt. An dieser Stelle ein ganz herzliches Dankeschön!

Bezug: An die bayerischen Frühförderstellen sowie an die Therapeuten und Institutionen, die eng mit den Frühförderstellen zusammenarbeiten, wird kostenfrei je ein Exemplar versandt. Darüber hinaus besteht für Interessenten die Möglichkeit, fiduz zu abonnieren oder als Einzelexemplare zu bestellen.

Bestellformular über www.fiduz-infoblatt.de oder direkt bei der Arbeitsstelle Frühförderung Bayern, Medizinische Abteilung, Seidlstr. 18 a, 80335 München, Tel. 089/54 58 9-840, Fax 089/54 58 9-839 anfordern.

Abonnement (2 Exemplare pro Jahr): Euro 7,50 (inkl. Porto und Versand Inland)
jederzeit kündbar.

Einzelexemplar: Euro 4,00 (inkl. Porto und Versand Inland)

Vorangegangene Exemplare zum Teil nur noch als Kopie erhältlich.

© Arbeitsstelle Frühförderung Bayern, Medizinische Abteilung
Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion. Alle Rechte vorbehalten.