

Monique Honegger (Hg.)  
Schreiben und Scham

Therapie & Beratung

Monique Honegger (Hg.)

# **Schreiben und Scham**

## **Wenn ein Affekt zur Sprache kommt**

Mit Beiträgen von Daniel Ammann, Sarah Burger,  
Franz Dängeli, Markus Fäh, David Garcia Nuñez,  
Thomas Hermann, Monique Honegger, Elena Ibello,  
Matthias Jäger, Andrea Keller, Stefan D. Keller, Daniel Perrin,  
Michael Sasdi und Geri Thomann

Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen  
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über  
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe  
© 2015 Psychosozial-Verlag  
Walltorstr. 10, D-35390 Gießen  
Fon: 06 41 - 96 99 78 - 18; Fax: 06 41 - 96 99 78 - 19  
E-Mail: [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotografie,  
Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert  
oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: © Sarah Burger, Abbildungen aus ihrem Beitrag  
»Schamzeichen«, 2015

Umschlaggestaltung nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar  
Innenlayout: Hanspeter Ludwig, Wetzlar  
[www.imaginary-world.de](http://www.imaginary-world.de)  
Satz: metiTec-Software, me-ti GmbH, Berlin  
Druck: PRINT GROUP Sp. z o. o., Stettin  
ISBN 978-3-8379-2470-1

# Inhalt

<b>Einleitung</b>	7
Schreiben und Scham – Wenn ein Affekt zur Sprache kommt	
<b>I. Grundlagen – Schreiben und Scham</b>	
<b>Funktionen von Scham im Schreibprozess</b>	13
Schreibscham	
<i>Monique Honegger</i>	
<b>Scham, Schuld, Schreiben</b>	29
Fehlerkulturen im Schreibprozess	
<i>David Garcia Nuñez &amp; Matthias Jäger</i>	
<b>Hölle und Glückseligkeit</b>	47
Psychoanalytische Überlegungen zur Scham beim Schreiben	
<i>Markus Fäh</i>	
<b>Scheitern, Scham und Produktion</b>	67
<i>Geri Thomann</i>	
<b>Schamzeichen</b>	87
<i>Sarah Burger</i>	

## **II. Scham – Schamerleben beim Schreiben**

<b>Momente der Wahrheit – Schreiben zwischen Schmerz und Scham</b>	105
Eine Fallanalyse anhand des Spielfilms <i>The Words</i>	
<i>Daniel Ammann</i>	
<b>Ressourcen aktivieren, Normen verstehen, Risiken eingehen</b>	125
Grundelemente des fremdsprachigen Schreibens	
<i>Stefan D. Keller</i>	
<b>Hinrichtung der Ansprüche</b>	137
<i>Michael Sasdi</i>	
<b>III. Schreiben über Schambehaftetes</b>	
<b>Schreiben statt schämen – Mit Sprache aus der Enge finden</b>	147
Zwei Projektberichte	
<i>Elena Ibello, Andrea Keller &amp; Daniel Perrin</i>	
<b>Schreiben und Beschämen</b>	167
Schmähsschriften und der Drang, andere sprachlich	
kleinzumachen	
<i>Thomas Hermann</i>	
<b>Schamerleben beim schreibenden Reflektieren</b>	187
Thesen zur Praxis in Aus- und Weiterbildung psychosozialer	
Berufsfelder	
<i>Monique Honegger</i>	
<b>IV. Schreiben ohne Scham, Scham ohne Schreiben</b>	
<b>»Du musst einen Schwamm spielen«</b>	201
Schamtüren: Improvisationstheater und Schreiben	
<i>Ein Gespräch mit Franz Dängeli und Monique Honegger</i>	
<b>Autorinnen und Autoren</b>	211
<b>Register</b>	213

# **Einleitung**

## **Schreiben und Scham – Wenn ein Affekt zur Sprache kommt**

Schreiben ist eine Kulturtechnik. Schreiben und seine vermeintlich handwerklichen Seiten sind mittlerweile etwas erforscht und es mangelt nicht an Anleitungen zum Schreiben. Dennoch ist der Umgang mit Affekten beim Schreiben in therapeutischen oder gesellschaftlich steuernden Prozessen sowie in Lernprozessen wenig explizit etabliert. So gibt es – trotz Erkenntnissen über Hirnfunktionen beim effektiven Schreiben – eine *terra incognita*, was den Umgang mit Schamgefühlen beim Schreiben betrifft.

Dieser Band lotet das Wirkungsfeld von Produktion, Affekt und Produkt aus. Als Ausgangspunkt, um Schreiben und Scham zusammenzudenken, dient die Annahme, dass Schreiben als Prozess verstanden wird, und weil es in gesellschaftlichem und psychischem Zusammenklang geschieht, als Türe zur Schreiberin selbst und anderen steht. Daher ist Schreiben an spezifisches Schamerleben gebunden.

Der Grundlagenteil (I) bietet eine Auslegeordnung der zentralen Begriffe für diesen Band. Der erste Beitrag fokussiert auf den Schreibprozess, analysiert Schamerleben und Funktionen von Scham beim Schreiben und bei der Begleitung von Schreibprozessen (Monique Honegger). Inwiefern innerhalb von Schreibprozessen Scham- oder Schuldulturen mitspielen und es zwischen diesen Kulturen beim Schreiben und bei der Schreibbegleitung zu differenzieren gilt, erarbeiten David Garcia und Matthias Jäger aus psychologischer Sicht. Wie die Psychoanalyse Schamgefühle beim Schreiben verorten kann, beschreibt Markus Fäh im darauf folgenden Beitrag. Geri Thomann charakterisiert das Zusammenspiel von Scheitern und Produktion aus gesellschaftlicher und individueller Perspektive.

In einem weiteren Teil (II) steht Schamerleben beim Schreibenmüssen im Fokus. Ausgehend von einer filmischen Plagiatsgeschichte zeichnet Daniel Ammann den emotionalen Weg von Schreibenden nach. Schamerleben ist stark ans Thema gebunden, das schriftlich bewältigt wird. Lernen ist stets von Schamaffekten begleitet. Der Beitrag von Stefan Keller zeigt auf, wie im Fremdsprachenlernen, das ans Schreiben gekoppelt ist, die Schamgefühle wirken. Beim Schamerleben fühlen sich Individuen vor einem Gebirge an Ansprüchen machtlos. Produktives Schamerleben kann darin bestehen, die eigenen Ansprüche hinter sich zu lassen. Dies setzt Michael Sasdi in seinem literarischen Text um.

Der dritte Teil des Bandes (III) rückt das öffentliche Schreiben in den Vordergrund und konzentriert sich auf Scham und Beschämung im medialen Raum. Schamerleben ist nicht nur ein innerer Prozess des Individuums. Scham wird gesellschaftlich und medial inszeniert. Solche Schaminszenierungen sind kulturell bedingt. Wie geschieht dies im öffentlichen Sprachraum? Elena Ibello, Andrea Keller und Daniel Perrin fokussieren das Schreiben Involvierter über die Tabuthemen Sterben und Armut. Thomas Hermann beschreibt eine Kultur der Beschämungslust. Eine Form öffentlichen Schreibens in Lernkontexten ist reflektierendes Schreiben. Wie spezifisch hier Schamtüren spielen, denkt Monique Honegger an.

Der letzte Teil (IV) fragt nach Gemeinsamkeiten und Unterschieden im Schamerleben. Ein Gespräch mit Franz Dängeli thematisiert, inwiefern unmittelbare Darstellungsformen wie Improvisationstheater und zerdehnte Produktionsformen wie Schreiben das Schamerleben ermöglichen. Die Schamzeichen von Sarah Burger verarbeiten das Thema Schreiben und Scham sprachlos als Bildserie.

### **Drei Thesen steuern durch den Band**

- Schamgefühle wirken beim Schreiben und beim Schreibbegleiten sowohl als Barriere als auch Türe zu (mehr) Text und zu Menschen. Darum passt der Begriff Schamtüre. Diese Schwellenfunktion, die sich auf das Erleben verdichtend auswirkt, haben Schamgefühle in Bezug auf Schreibende selbst, auf Lesende und auch auf Schreibbegleitende und -lehrende inne.

- Schamgefühle und der Umgang damit sind zentral für die persönliche Entwicklung, Lernprozesse und soziale Interaktion. Demnach kann behauptet werden, dass es beim Schreiben weder zu wenig noch zu viel Scham gibt oder braucht. Möglicherweise führt aber die spezifische Bühne (oder das Versteck) von Schamgefühlen beim Schreiben dazu, dass bisweilen keine Scham oder zu viel Scham erlebt wird. Dieses Erleben des Zuviel oder des Zuwenig an Schamgefühlen betrifft erstens das Schreiben an sich sowie das Schreiben begleitende Schamgefühle, zweitens Schreibbegleitung und Beratung und drittens ebenso das Schreiben über Schambehaftetes oder das Schreiben als Weg zum bewussten Umgang mit Schambehaftetem. Oder anders formuliert: Durch bewusstes Schamerleben wird Schreiben (und werden Texte) besser. Schreibende gehen einen Weg; das Schamerleben stellt eine Türe auf dem Weg dar. Und umgekehrt ermöglicht bewusstes Schreiberleben, Schamgefühle bewusster und damit positiver zu erleben.
- Schamgefühle und ihr Erleben sowie ihre Inszenierung wandeln sich. Es gibt etwa eine Klage über den Schamverlust in der ethisch-philosophischen Debatte. Diese beklagt einen Gefühlswandel, der darin besteht, dass eher Affekte der Peinlichkeit anstelle von Scham inszeniert werden. Eine Differenzierung in der Analyse über den Kulturwandel bei Affekten und deren Darstellung hilft, gesellschaftliche Änderungsprozesse in den Bereichen Affekterleben und Schreibkompetenz gezielter zu beobachten und Individuen entwicklungsorientiert zu begleiten. Hier gilt es zwischen Schuld- und Schamkultur zu unterscheiden. Scheitern und Peinlichkeit in ihrer Inszenierung, Thematisierung und auch ihrer Versprachlichung, Verschriftlichung können als segmentierte Darstellung von Schamgefühlen gesehen werden. Der Umgang der Gesellschaft und von Individuen mit dem Plagiatsthema, im Wechselspiel zwischen Schuld und Scham, zeigt dies.

*Monique Honegger*



## ***I. Grundlagen – Schreiben und Scham***



# Funktionen von Scham im Schreibprozess

## Schreibscham

*Monique Honegger*

Tiziana sitzt am Computer, will und muss ihre Bewerbung schreiben. Das leere Dokument auf dem Bildschirm vor ihr ist geöffnet und füllt sich nicht. Sie ist hoch motiviert für die neue Stelle. Dennoch fühlt sie sich unwohl. Sie schämt sich. Ist sich nicht sicher, ob sie die Stelle überhaupt verdient hat, ihre Bewerbung wirkt arrogant und selbst-überschätzend, und sie zweifelt daran, ob sie im Motivationsschreiben darstellen kann, warum gerade sie zur Stellenausschreibung passt.

Gabriel gibt die Abschlussarbeit seiner Partnerin vor dem Abschicken nicht zum Lesen. Zwar konnte er schreiben und es steht jetzt ein Text, seine Abschlussarbeit, dennoch fühlt er sich nun unwohl. Er zweifelt, ob sein Text die Anforderungen erfüllt und möchte ihn auch seiner Partnerin nicht zeigen. Vielleicht erkennt sie beim Lesen des Textes Unzulänglichkeiten, für die sie ihn weniger lieben könnte. Gabriel schämt sich.

Wir nennen diese beiden Affekte *Schreibscham*.

»Wer sich schämt [...], will sich verbergen, womöglich im Erdboden versinken und sich den Blicken entziehen« (Hilgers, 2013, S. 13–16).

Scham ist ein Affekt, der bislang kaum im Fokus von Schreiben und Nachdenken über Schreiben stand. Schreiben wird in der vorliegenden Be trachtung als Prozess von schreibenden Individuen verstanden. Alles, was beim Schreiben geschieht und entsteht – Zwischenprodukte, innere Vorgän-

ge, Randnotizen, verworfene Textvarianten, innere Lernprozesse sowie das abschließend sichtbare Textprodukt, der beendete Text –, gehört zum Schreiben, zum Schreibprozess (vgl. Kruse & Ruhmann, 2006, S. 13–15). Wenn wir in der Folge nach Funktionen von Scham im Schreibprozess fragen, fokussieren wir diejenigen Schamaffekte, die Schreibende beim Verfassen von Texten erleben. Für Schreibende, Lern- und Schreibbegleitende, Schreibberatende und Schreiblehrende ist es von Nutzen, um diese Schamaffekte zu wissen. Auch psychologisch-therapeutischen Berufsleuten hilft es, Schamaffekte zu kennen, die Schreibende bei therapeutisch initiiertem Schreiben oder therapeutisch relevantem Schreiben durchleben.

Der Beitrag gliedert sich folgendermaßen:

- Schreibprozess, Schreibblockade und Scham
- Das Fischgesicht der Schreibenden
- Zeigeblockade und Schreibscham
- Spezifische Formen von Schreibscham
- Scham im Schreibprozess – Versuch im linearen Modell
- Schreiben und Scham – drei Thesen zum Weiterdenken

## **Schreibprozess, Schreibblockade und Scham**

Schreiben und Schreibprozesse sind durch Emotionen geprägt und bestehen nicht nur darin, abstrakte Inhalte in sprachliche Zeichen umzucodieren (vgl. Hayes, 2014, S. 65–69). Ein emotional und kognitiv komplexer und keineswegs linearer Prozess der Materialisierung von Innerem beeinflusst das Schreiberleben des Individuums zentral. Zudem wirkt das Außen mit. Die Adressatinnen des Textes (Wer soll den beendeten Text lesen?), die Schreibsituation (In welcher räumlichen, zeitlichen Lage wird geschrieben?) sowie die Schreibaufgabe (Mit welchem Ziel wird der Text verfasst, was soll er erreichen?) bestimmen das affektive Erleben beim Schreiben. Grob kann zwischen formellem, unfreiwilligem, beruflichem Schreiben und informellem, freiwilligem Schreiben (SMS, E-Mails, Tagebuch, private Notizen, private Korrespondenz) unterschieden werden.

Oft schmerhaft, weil nicht vermeidbar, erleben wir Schamgefühle in formellen Schreibsettings. So lähmmt und beschämmt es beispielsweise eine Studentin beim Schreiben ihrer Abschlussarbeit, sie ahnt, dass sie in ihrem

Studium durch den entstehenden Text scheitern kann. Beim Verfassen eines größeren schriftlichen Textes in formellem Kontext gelangen Schreibende in ihrem inneren Prozess mit Schamgefühlen in Kontakt. Ebenso fühlen sich Menschen beschämmt, verlegen, wenn sie eine E-Mail, etwa eine Bitte um Lohnherhöhung, verfassen.

Schreibscham gibt es bislang nicht als tragfähigen Begriff. Schreibblockade und Prüfungsangst dagegen schon. Schreibblockade umschreibt Hjortshoj für den Studienkontext als »nicht fähig sein, Text zu reproduzieren oder Schreibaufgaben zu vollenden. Wenn dieses Unvermögen fähige und motivierte Schreibende betrifft, haben wir es im weitesten Sinne mit einer Schreibblockade zu tun« (Hjortshoj, 2014, S. 213). Ebenso verortet er eine Lücke in der Analyse der Schreibblockade. Sowohl Psychologinnen als auch Schreibspezialisten bleiben in Bezug auf affektive Aspekte respektvoll vor der Thematik der Schreibblockade stehen: Keseling erwähnt unter anderem »Konzeptbildungsprobleme bei frühzeitigem Starten« (Keseling, 2014, S. 242) und »Probleme beim Zusammenfassen« (ebd., S. 245). Weiter beschreibt er als möglicherweise auch affektiv und nicht nur kognitiv zu verortendes Problem, dass Schreibende mit den »inneren Adressaten« Schwierigkeiten haben. Beziehen wir die Instanz des inneren Adressaten auf Bereiters Konzept der Schreibentwicklung und dessen Entwicklungsphasen des Schreibens, lässt sich eine Verbindung zur Scham herstellen (Bereiter, 2012, S. 409–411). Wer sich beim Schreiben schämt, erlebt bisweilen den inneren Adressaten als fehlend oder die eigene innere Resonanzstimme beim Schreiben als negativ. Der innere Adressat hat zu hohe Erwartungen und kritisiert während des Schreibens gnadenlos (Keseling, 2014, S. 248f.). Eine andere Möglichkeit ist, zwischen Schreibverhinderung und Schreibblockade zu unterscheiden (vgl. Bräuer, 2014, S. 268), was jedoch hinsichtlich unserer Frage nach Schamerleben beim Schreiben wenig ergiebig ist.

Zahlreiche Schreibende scheitern an ihren Ansprüchen oder fühlen sich blockiert. Sie wollen den eigenen Anforderungen genügen: »Der erste Entwurf sollte bereits – zumindest so gut wie – das Endprodukt sein« (Keseling, 2014, S. 248, vgl. auch Honegger, 2008).

Ist diese Blockade, das Scheitern am inneren Adressaten, an der inneren Feedbackinstanz, mit Affekten von Scham zusammenzudenken? Es gibt genügend Gründe, die dafür sprechen. Insbesondere, weil sich Schreiben, wegen des sichtbaren Endproduktes, als Prozess immer wieder versteckt. Schreib-

schap erkennen wir als Schreibende und Schreibbegleitende schlecht. Da das Charakteristische von Scham in einer spezifischen Form des Sehens, Gesehenwerdens oder Nichtgesehenwerdens besteht, kann es zusammenhängen. Hilgers etwa bezeichnet aus psychologischer Perspektive Stolz als Gegensatz zu Scham (Hilgers, 2013, S. 19). Und gerade im Fall des blockierten Schreibens, des Nichtschreibens, ist Scham schwierig zu verorten oder zu bestimmen.

## **Das Fischgesicht der Schreibenden**

Ein Schreiber schreibt einen Text. Er weiß nicht genau, wohin sein Denkprozess ihn führt, was ihm alles begegnen wird. Ebenso wenig kann der Schreiber genau wissen, wie sein Text am Schluss aussehen wird und ob er mit dem Produkt den Auftrag erfüllt. Manchmal weiß der Schreibende leider auch, wie sein vermeintlich richtiger Schreibprozess aussehen soll, was ja nicht sein kann und in der fixen Vorstellung den Schreibprozess lähmt. Bekanntlich verlaufen Schreibprozesse hochindividuell (vgl. Rose, 2014, S. 201). Dies bedeutet, dass sich Schreibende im Schreibprozess auf einer Reise ins Ungewisse befinden. Darum ist es für Schreibende auch schwierig, mögliche Schamgefühle zu spüren, sich ihrer bewusst zu werden. Zudem wollen Menschen Schamgefühle grundsätzlich lieber nicht wahrhaben, weil diese unangenehm sind. Außenstehende, Vorgesetzte, Redaktionskollegen und Schreiblehrende, Schreibberatende erkennen hingegen das Unwohlsein, das Schamgefühl des Schreibers an einer Ausdruckslosigkeit, die Hilgers mit dem Ausdruck »Fischgesicht« umschreibt (Hilgers, 2013, S. 13–16).

Da Fische keine Mimik haben, zeigt das Fischgesicht eines Scham führenden Menschen dessen Versuch, seine Gefühle zu verbergen (vgl. hierzu auch Marks, 2010, S. 12 und S. 71–74). Wer sich schämt, will sein Inneres verbergen. Schüchternheit, Kränkung, Arroganz, sozialer Rückzug oder die Flucht in Suchtmittel, Gewalttätigkeit können als unmittelbare oder mittelbare Ausdrücke von Scham bezeichnet werden (vgl. Hilgers, 2013, 25f.). Wenn Menschen beim Schreiben Scham empfinden, ziehen sie sich zurück. Dies führt im ungünstigsten Fall dazu, dass sie ihren Text nicht abgeben oder sich in jeder Fassung von ihm distanzieren. So kommentiert etwa ein Student gegenüber dem Professor seine Skizze zur Masterarbeit folgender-

maßen: »Hier einmal ein grober Entwurf meiner ersten Gedanken. Leider hatte ich wenig Zeit. Ich bin mir im Klaren, dass ich noch viel weiterarbeiten muss.« Solche Kommentare von Schreibenden zu vorläufigen Fassungen, Rohskizzen, Exposés sind die Regel. Sie sind das sprachliche Fischgesicht, das kommentierend die Beliebigkeit der vorläufigen Textfassung betont.

Das Fischgesicht des Schamerlebens zeigt sich in Schreibberatungen oftmals auch para- und nonverbal. Augenkontakt wird vermieden und Klientinnen schätzen es, zusammen mit dem Berater in den Bildschirm zu schauen. Die Schreibscham nährt sich an unterschiedlichen Befürchtungen des Schreibers. Der Schreiber ist sich nicht sicher, was der Text über ihn als Schreiber verrät (Intimitätsscham). Dieser Affekt ist keine Angst, sondern Scham. Die im Moment als diffuse Verunsicherung erlebte Irritation eröffnet jedoch langfristig für den Schreiber Veränderung, Neudenken, Neufühlen. Durch das Schamerleben wächst er an sich, wird sich eigener Erwartungen und der Erwartungen der Lesenden bewusst.

Hilgers betont die zentrale Funktion der Scham in Entwicklungsprozessen: »Scham hat entwicklungspsychologisch die wichtige Funktion, die fraglose Selbstverständlichkeit des Selbstgefühls zu stören und damit ein Bewusstsein über das Selbst und das Fremde zu wecken und – sofern die ausgelösten Schamempfindungen nicht traumatisch sind – zu fördern« (Hilgers, 2012, S. 18f.).

Schamempfindungen können also lernfördernd sein. Gilt dies auch für die Schreibscham? Schreiben geschieht im Kopf: Geschriebene Texte kommen Lesenden in abstrakter symbolischer Form auf Bildschirmen oder Papier entgegen. Der Schreibprozess ist insbesondere in seiner affektiven Dimension nicht fassbar. Und wie erwähnt ist Scham als Affekt konzeptuell eher an den Gesichtssinn geknüpft (Hilgers, 2013, S. 19). Wie sind nun die Schamgefühle beim Schreiben erkennbar? Abgesehen von vorläufigen Textfassungen gibt es beim Schreiben wenig zu zeigen oder zu sehen. Was sich beim Schreiben entwickelt, geschieht bei der Schreiberin im Verborgenen. Doch dieses Verbogene, das sich entwickelt, rückt die wenigen sichtbaren Spuren des Schreibens in den Fokus: Gesichtsausdruck der Autorinnen, entstehende Texte in ihrer Unvollendung, unverbindliche Textfassungen, verabschiedete und für gut befundene Endtexte. Das Fischgesicht oder der fischgesichtige Kommentar der Schreiberin, die mit ihrem Textentwurf an eine Öffentlichkeit tritt, zeigt die Verunsicherung und das Vakuum auf, in