



universität  
wien

# DIPLOMARBEIT

Titel der Diplomarbeit

„Scham im Sportunterricht“

Verfasser

Andreas Krail

angestrebter akademischer Grad

Magister der Naturwissenschaften (Mag.rer.nat)

Wien, 2013

Studienkennzahl lt. Studienblatt:

A 190 482 338

Studienrichtung lt. Studienblatt:

Lehramtsstudium UF Bewegung und Sport  
UF Latein

Betreuerin / Betreuer:

Univ.-Prof. Mag. Dr. Michael Kolb

## **Eidesstattliche Erklärung**

Hiermit versichere ich, Andreas Krail, dass ich die Diplomarbeit selbständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel und Quellen benutzt habe.

Ich garantiere, die Arbeit bisher weder im In- noch im Ausland in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt oder veröffentlicht zu haben.

---

Ort, Datum

---

Unterschrift

## Danksagung

Besonders bedanken möchte ich mich bei Herrn o. Univ. Prof. Dr. Michael Kolb, der sich immer Zeit genommen hat und mich bei meiner Diplomarbeit unterstützt hat.

Widmen möchte ich diese Arbeit meinen bereits verstorbenen Großeltern Gottfried und Adelheid Suchy, die ein sehr wichtiger Teil in meinem Leben waren und immer in meinem Herzen weiterleben werden. Den Großteil der Arbeit habe ich in ihrer früheren Küche verfasst und ich bin mir sicher, dass sie mich stets geistig unterstützt haben. Danke, Omama und Opapa!

Auch meinen Eltern, Walter und Anna Krail, gebührt ein großes Dankeschön für ihre Unterstützung, auf die ich Zeit meines Lebens immer zählen konnte und für das Vertrauen, dass sie mir entgegenbrachten.

Weiters möchte ich mich bei meinem Onkel Peter Wirth und meiner Tante Veronika Wirth bedanken, die mir den Arbeitsplatz für mein zeitweiliges Chaos zur Verfügung gestellt haben, mich öfters verköstigt haben und mich durch lobende und aufbauende Worte immer wieder motiviert haben.

Hier muss auch meine Cousine Teresa Wirth dankend erwähnt werden, die parallel an ihrer Diplomarbeit gearbeitet hat, mit der ich viele, viele Stunden gemeinsam verbracht habe und die mir immer wieder bei Formulierungen geholfen hat. Auch wenn es teilweise anstrengend war, möchte ich die Zeit, vor allem die feuerbekämpfenden Pausen ;), nicht missen. Danke, Terry!

Mein Dank gilt auch meinem Cousin Markus Riedl, der mich bei der Formatierung unterstützte, meiner Cousine Maria Wirth, die mir für die Interviews eine große Hilfe war, Julia Gindl, die mir ihr Aufnahmegerät zur Verfügung stellte und Christian Schutzbier, der die Arbeit korrekturlas und von einigen Fehlern befreite.

Außerdem möchte ich mich an dieser Stelle auch beim Rest meiner Großfamilie – Veronika Krail, Elisabeth Krail, Katharina Krail, Maria Riedl, Michael Riedl, Johannes Riedl, Johanna Wirth und Jakob Wirth – für die schöne Zeit, die ich mit jedem von euch schon verbracht habe und dafür, dass wir uns alle so gut verstehen, bedanken. Ich hoffe das bleibt so!

## **Abstract**

Die Arbeit befasst sich mit dem Thema Scham im Sportunterricht und versucht herauszufinden wann und unter welchen Aspekten diese auftritt. Im theoretischen Teil wird das Phänomen Scham aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet, auf verwandte Emotionen eingegangen, die positiven Aspekte herausgearbeitet und die Auswirkungen von sozialen Differenzen dargelegt. Außerdem wird der mögliche Einsatz von Scham als Machtinstrument in der Erziehung bzw. Pädagogik beschrieben und die Sonderstellung des Sportunterrichts im Vergleich zu den anderen Unterrichtsfächern dargestellt.

Im empirischen Teil werden sieben Interviews mit Schülern und Schülerinnen im Alter von 15 und 16 Jahren ausgewertet. Da der Aspekt Körper und das damit verbundene Können im Sportunterricht eine besonders große Bedeutung haben, stellen diese ein hohes Potenzial für Schamempfindungen dar. Im Fach Bewegung und Sport sind die Jugendlichen häufig körperlich exponiert und die Blicke der Anderen, die dabei ausgehalten werden müssen, werden von den Schülern und Schülerinnen als sehr unangenehm beschrieben. Weiters lässt sich aus den Interviews schließen, dass die Lehrperson und deren Gestaltung des Unterrichts einen großen Einfluss auf das Auftreten bzw. das Erleben von Scham haben können.

The topic of this thesis is the issue of shame in the school subject of physical education and tries to analyse occasions and circumstances of its occurrence. In the theoretical part, the phenomenon of shame is presented from different perspectives. Therefore, its positive aspects, related emotions and the consequences of social differences are subject of the discussion. Furthermore, it is illustrated that shame can be functionalised as a possible instrument of power in education and that physical education holds a special position in comparison to other school subjects.

The empirical part consists of the evaluation of seven interviews, conducted with students aged 15 to 16 years. As the issue of one's body and the affiliated skills in physical education are of great importance to teenagers, these aspects appear to have significant prospect of causing the feeling of shame. During physical education classes, the bodies of the young people are highly exposed and the looks and glances of peers have to be endured, which were described by the students as unpleasant or embarrassing. Moreover, it can be concluded from the interviews that the teacher and the design of the lesson have a big influence on the occurrence and the experience of shame.

# Inhaltsverzeichnis

<b>1 Einleitung</b> .....	<b>4</b>
<b>2 Das Wort „Scham“ und seine Verwendung</b> .....	<b>5</b>
2.1 Etymologie .....	5
2.2 Alltägliche Verwendungsformen .....	6
<b>3 Scham aus unterschiedlichen theoretischen Perspektiven</b> .....	<b>7</b>
3.1 Definitionsversuche .....	7
3.2 Aspekte der Scham .....	9
3.3 Strukturmerkmale der Scham.....	15
3.4 Der Blick der Anderen.....	17
<b>4 Psychische, physiologische und das Verhalten betreffende Schamreaktionen</b> .....	<b>19</b>
4.1 Emotional – kognitive „innere“ Vorgänge .....	19
4.2 Physiologische Veränderungen .....	21
4.3 Veränderungen im Verhalten und Ausdruck .....	22
4.4 Längerfristige Folgen.....	23
4.4.1 Verstecken und Verbergen.....	24
4.4.2 Projektion der Scham .....	25
4.4.3 Angriff auf die Scham .....	25
4.4.4 Der Scham entfliehen .....	27
4.4.5 Resignation und Aufgabe .....	29
<b>5 Entwicklungspsychologische Aspekte der Scham</b> .....	<b>30</b>
5.1 Ontogenese der Scham.....	30
5.2 Höhepunkte im Schamerleben .....	31
<b>6 Schamverwandte Emotionen</b> .....	<b>33</b>
6.1 Die Schamfamilie: Verwandte Gefühlsphänomene .....	33
6.1.1 Schamhaftigkeit, Schüchternheit und Scheu .....	33
6.1.2 Verlegenheit und Peinlichkeit.....	35
6.2 Benachbarte Gefühle .....	38

6.2.1 Scham und Angst .....	38
6.2.2 Scham und Schuld.....	40
6.2.3 Scham und Stolz.....	41
6.2.4 Scham und Neid .....	41
6.2.5 Scham und Zorn .....	42
6.2.6 Scham und „Sich-gedemütigt-Fühlen“ .....	43
<b>7 Positive Aspekte von Scham.....</b>	<b>44</b>
7.1 Die soziale Anpassungsfunktion .....	45
7.2 Die persönliche Schutzfunktion .....	46
7.3 Die identitätsfördernde Funktion .....	47
<b>8 Soziale Differenzen und deren Auswirkungen.....</b>	<b>49</b>
8.1 Das Geschlecht .....	49
8.2 Sozialer Status .....	51
8.3 Auffällige körperliche und charakterliche Merkmale – Stigmata.....	52
<b>9 Scham als Machtinstrument .....</b>	<b>54</b>
9.1 Beschämung als Sanktion .....	54
9.2 Scham und Beschämung in der Pädagogik und Erziehung .....	55
<b>10 Scham im Sportunterricht .....</b>	<b>58</b>
10.1 Die Sonderstellung des Sportunterrichts .....	58
10.2 Scham und Beschämung im Sportunterricht .....	60
<b>11 Zur Forschungsmethode .....</b>	<b>63</b>
11.1 Der Interviewleitfaden .....	64
11.2 Die Befragten .....	64
11.2.1 Interview mit Schüler A .....	65
11.2.2 Interview mit Schüler B.....	66
11.2.3 Interview mit Schüler C.....	67
11.2.4 Interview mit Schülerin D .....	67
11.2.5 Interview mit Schüler E.....	68
11.2.6 Interview mit Schüler F .....	69
11.2.7 Interview mit Schüler G .....	69
11.3 Persönliche Reflexion der Interviews.....	70

<b>12 Auswertung der Interviews.....</b>	<b>71</b>
12.1 Das Können und der Körper im Vergleich mit Anderen.....	71
12.2 Der Blick der Anderen.....	77
12.3 Die Lehrperson & die Unterrichtsgestaltung.....	81
12.4 Spezielle Situationen.....	89
12.4.1 Das Teamwählen.....	89
12.4.2 Die Garderobe.....	90
12.5 Schilderungen von Gefühlen, Gedanken und Reaktionen.....	92
12.6 Reaktionen bei empathischer Scham.....	96
12.7 Weitere Aspekte.....	98
<b>13 Zusammenfassung der Forschungsergebnisse.....</b>	<b>101</b>
<b>Literaturverzeichnis.....</b>	<b>103</b>
<b>Anhang.....</b>	<b>108</b>

# 1 Einleitung

Jeder Mensch kennt das Gefühl sich zu schämen, doch die wenigsten sprechen darüber. Obwohl man die heutige Zeit als aufgeklärt betrachtet, wird die Emotion Scham vor allem in der Pädagogik noch immer zu wenig thematisiert und über ihre Problematik geschwiegen. Diese Arbeit setzt sich damit auseinander und behandelt das Thema „Scham im Sportunterricht“.

Es wird davon ausgegangen, dass Scham im Unterrichtsfach Bewegung und Sport auftritt und es gilt herauszufinden, welche Aspekte und Faktoren dabei eine Rolle spielen.

Vor der empirischen Forschungsarbeit, die aus Leitfadeninterviews besteht, befasst sich die Arbeit in theoretischer Weise mit dem Phänomen Scham. Dabei wird zunächst auf die etymologische Herkunft des Wortes und dessen alltägliche Verwendung eingegangen. Im Anschluss daran wird die Emotion Scham aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet, die wichtigsten Aspekte herausgearbeitet, ihre allgemeinen Strukturmerkmale dargelegt und die Bedeutung des Blickes von anderen Personen betont. Im nächsten Kapitel folgen die möglichen psychischen, physiologischen und das Verhalten betreffenden Reaktionen, die durch Scham und Beschämung ausgelöst werden und die entwicklungspsychologischen Aspekte, die bei der Entstehung der Scham eine Rolle spielen. Dann befasst sich die Arbeit mit verwandten Gefühlsphänomenen und benachbarten Emotionen, die zum Teil mit Schamgefühlen verwechselt werden bzw. nicht auseinander gehalten werden können. Insgesamt ist das Gefühl bzw. das Wort Scham negativ behaftet, doch finden sich auch positive Aspekte, die im darauf folgenden Kapitel thematisiert werden. Weiters behandelt die Arbeit die Auswirkung auf das Schamerleben von Differenzen, die beispielsweise das Geschlecht oder den sozialen Status betreffen. Im Anschluss daran wird genauer auf die Beschämung bzw. Scham als Machtinstrument eingegangen und deren Platz in der Erziehung und Pädagogik erörtert. Da das Hauptthema der Arbeit „Scham im Sportunterricht“ lautet, muss natürlich auch die Sonderstellung des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport dargelegt werden.

Nach dem theoretischen Teil wird die Forschungsmethode vorgestellt und die interviewten Schüler und Schülerinnen werden kurz vorgestellt. Den Abschluss bildet die Auswertung der Interviews und die Zusammenfassung der wichtigsten Faktoren, die Scham und Beschämung im Sportunterricht beeinflussen.

## 2 Das Wort „Scham“ und seine Verwendung

### 2.1 Etymologie

Das Wort *Scham* entwickelte sich aus dem althochdeutschen *scama*, das im 8. Jahrhundert die Bedeutung Beschämung, Bestürzung, Schamgefühl, aber auch Schande hatte. Das mittelhochdeutsche *schame* wurde auch verhüllend für die Bezeichnung von Geschlechtsteilen verwendet. Eine noch weiter zurückgehende Herkunft ist nicht bekannt und die Herleitung von der indogermanische Wurzel *\*kem* (bedecken, verhüllen) wird zwar in der Literatur teilweise erwähnt, ist aber nicht sehr wahrscheinlich (Pfeifer, 2005).

Pfau (1998, S. 25) zum Beispiel folgt eben dieser Sicht und meint weiters, dass sich *skem* aus dem germanischen *hama* herleitet und die Bedeutung Hülle, Haut und äußere Gestalt hat.

Anhand der Herleitung lässt sich die mehrfache Bedeutung des Wortes *Scham*, auf die später noch genauer eingegangen wird, schon erahnen. Dies zeigt sich auch in der etymologischen Verwandtschaft mit dem Wort *Schande*, welches dieselbe sprachliche Wurzel hat (Pfeifer, 2005).

Diese eben erwähnte mehrfache Bedeutung findet sich auch in diversen anderen Sprachen.

Im Lateinischen gibt es zwei Begriffe für Scham mit unterschiedlichen Wortstämmen, auf der einen Seite *pudor* bzw. *pudicitia* und auf der anderen *verecundia*. Wie anhand ihrer Bedeutungen - neben Scham, nämlich unter anderem Keuschheit, Schüchternheit, Schande und Ehrfurcht - zu erkennen ist, beziehen sich die erstgenannten Begriffe auf ehrbares Verhalten bzw. den sexuellen Bereich, während *verecundia* eher allgemein für Zurückhaltung und das Gefühl für Anstand verwendet wird (Stowasser, J. M., Petschnig, M. & Skutsch F., 1997).

Die aus dem Lateinischen entstandenen romanischen Sprachen zeigen klarerweise ähnliche Begriffe. Im Italienischen und Spanischen finden sich mit den Begriffen *pudore* bzw. *el pudor* und *vergogna* bzw. *vergüenza* sogar beide Stämme wieder, die sich wie ihre lateinischen Pendants verhalten.

Das Französische besitzt neben *le pudeur* noch den Terminus *honte*, der sich vom fränkischen *haunita* oder *haunipa* herleiten lässt und wiederum sowohl Scham als auch Schande bedeuten kann.

Auch die englische Sprache kennt zwei Stämme zum Begriff Scham. Auf der einen Seite besitzt sie das Wort *shame*, das sich ganz offensichtlich aus dem althochdeutschen *scama* entwickelte und auf der anderen den selteneren Ausdruck *pudency*, deren Wurzel ebenso unverkennbar ist. Ersteres, mit den Bedeutungen Scham und Schande, bezieht sich wiederum sehr auf die Ehre bzw. das Ansehen

Auch im Altgriechischen gibt es zwei Termini für Scham, nämlich *aidos* und das jüngere *aischyne*, das aber um einiges negativer behaftet ist. *Aidos* hat in gewisser Weise eine Schutzfunktion, da es dabei um ein *Gebot* der Scham geht. Der Begriff impliziert ehrbares Verhalten und Achtung. Ähnlich wie *pudor* spielt auch der Faktor Sexualität eine Rolle, allerdings haben bestimmte Normen und Werte keine Bedeutung. Diese kommen beim Begriff *aischyne* zum Tragen, denn hierbei geht es um die Scham, die bei von der Allgemeinheit nicht erwünschten Handlungen auftritt. Bei diesem Terminus handelt es sich um die Bestrafung, die auf ein missbilligendes Verhalten folgt, wodurch die Bedeutungen Schande und Beschämung gut nachzuvollziehen sind (Neckel, 1991, S. 19).

## 2.2 Alltägliche Verwendungsformen

Nach „*Die neue deutsche Rechtschreibung*“ von Hermann, Götze, & Heller (1996) wird im deutschen Sprachgebrauch das Wort *Scham* bzw. leichte Abwandlungen davon in fünf Weisen verwendet.

1. *Scham* als Gefühl des Bloßgestelltseins bzw. als Furcht, bloßgestellt zu werden.
2. *Scham* als verhüllende Bezeichnung des menschlichen Geschlechtsteils.
3. *Sich schämen* als Verb, wobei man sich einer Sache bzw. wegen einer Sache (Verb + optional wegen + Genitivobjekt), vor jemandem (Verb + vor + Dativobjekt) bzw. für jemanden oder etwas (Verb + für + Akkusativobjekt) schämen kann. Natürlich können mehrere Objekte gemeinsam verwendet werden. Zum Beispiel: Die Eltern schämten sich vor der Lehrperson wegen der schlechten Leistungen für ihr Kind.
4. *Beschämung/beschämen* als eine transitive Aktion, die Scham auslöst.
5. In Verbindung mit anderen Worten bzw. Wortteilen zur Bildung von weiteren Nomen oder Adjektiven. Zum Beispiel: Schamgefühl, Schamgehend, verschämt, schamhaft...

## 3 Scham aus unterschiedlichen theoretischen Perspektiven

### 3.1 Definitionsversuche

„Obwohl Scham ein universeller menschlicher Affekt ist, ist sie wenig in unserem Bewusstsein.“ (Marks, 2011, S. 12).

Lange Zeit hielten sich auch die Wissenschaften mit der Erforschung des Phänomens Scham eher zurück, doch in den letzten Jahren stieg die Zahl der Autoren, die sich damit beschäftigten. Da sich Scham nicht nur einer Forschungsdisziplin zuordnen lässt, befassten sich dementsprechend mehrere Fächer mit deren Untersuchung. Im Wesentlichen sind damit die *Philosophie*, die Scham als ein *Wertgefühl* sieht und nach der Bestimmung dessen Ursprung und Bedeutung strebt, die *Anthropologie*, die sich mit den Ursprüngen des Schamgefühls im Zusammenleben kleiner Gruppen beschäftigt, die *Psychologie*, deren Schwerpunkt die Funktion von Scham in der Persönlichkeitsentwicklung ist und die *Soziologie*, die sich mit Schamanlässen und den Wirkungen von Scham in sozialen Beziehungen befasst, gemeint (Neckel, 1991, S. 21).

Diese Zuweisung zu mehreren Disziplinen führt dazu, dass man in der Literatur viele unterschiedliche und teilweise kaum zu vergleichende Definitionen von Scham findet und es schwierig ist, den Begriff Scham konkret zu bestimmen.

Der Soziologe Norbert Elias (1997, S.408) etwa beschreibt Scham als „eine Angst vor der sozialen Degradierung oder [...] vor den Überlegenheitsgesten Anderer.“ Er sieht das Gefühl bzw. wie er sagt die *spezifische Erregung* im Zusammenhang mit einer Ungleichheit zwischen zwei oder mehreren Menschen. Neckel (1991, S. 16) schlägt eine ähnliche Richtung ein und sieht „Scham als soziales Gefühl, dass beständig im Alltag von Gesellschaften präsent ist, in denen soziale Ungleichheit herrscht.“ Weiters bezeichnet er Scham als eine Emotion, die drei Komponenten besitzt, eine *soziale*, da sie durch soziale Interaktionen entsteht, eine *normative*, die sich auf das erwünschte Selbstbild bezieht und eine *moralische*, die auf die persönlichen Werte verweist. Im Bezug auf die soziale Eigenschaft definiert Neckel Scham als „das Gefühl, in der erlebten Wirklichkeit seine Selbstachtung verloren zu haben.“ Normativ gesehen meint er: „Im Schamgefühl vergegenwärtigt sich eine Person, in einer Verfassung zu sein, die sie selbst als defizitär, als mangelhaft und auch als entwürdigend empfindet.“ Schließlich ist er der Ansicht, dass *Scham von dem Gefühl, gegen eine Norm verstoßen zu haben, nicht zu trennen ist.*“

Wurmser (1993, S. 73) sieht in der Scham auf der einen Seite „*eine Art der Furcht vor der Schande, die eintreffen könnte, vor der Bloßstellung, die bevorsteht, also Angst vor einer Gefahr*“, auf der anderen Seite aber „*eine Art des Ehrgefühls und Wertgefühls, eine Form des Respekts vor den Idealen und Werten der Gesellschaft.*“

Nach Lewis (1993, S. 16) definiert sich Scham „*einfach als das Gefühl, das wir haben, wenn wir unsere Handlungen, Gefühle oder Verhaltensweisen bewerten und zu dem Schluss kommen, dass wir etwas falsch gemacht haben*“.

Auch Pfau (1998, S. 17) bringt die Scham mit dem menschlichen Wertesystem in Verbindung und meint, dass Verstöße gegen persönliche Normen als *Schamgefühl* empfunden werden. In diesem Sinn versteht er dabei die Scham als „*Schuldgefühl hinsichtlich des eigenen inneren Wertesystems*“ Hier wird der Zusammenhang zwischen Scham und Schuld, auf den im weiteren Verlauf der Arbeit noch einmal eingegangen wird, offenbar.

Die gerade beschriebenen Benennungsversuche verschiedener Autoren zeigen deutlich, dass sich Scham nicht auf eine geltende Definition konkretisieren bzw. immer nur auf einen Aspekt beschränken lässt. Pfau (S. 17) bringt das mit seiner Meinung, „*Scham sei in ihrem Erleben immer nur einmalig und in ihrer Singularität des Erlebens schließe sie eine endgültige Definition aus*“, auf den Punkt. Laut Lietzmann (2003, S. 78) kann man Scham als einen Begriff beschreiben, der „*eine Gruppe von mehr oder weniger ähnlichen Phänomenen darstellt.*“ Einige Autoren gehen davon aus, dass mehrere Schamformen bzw. Schamgefühle bestehen, die voneinander abweichen. Dadurch wird deutlich, dass der Begriff Scham unterschiedliche Aspekte beinhaltet, die im Kapitel *Aspekte der Scham* näher erläutert werden.

Allgemein gesehen kann man an dieser Stelle aber davon ausgehen, dass es sich bei dem Phänomen Scham mit Sicherheit um eine Emotion bzw. einen Affekt handelt.

Marks (2011, S. 11-12) führt Scham als „*einen universellen menschlichen Affekt und eine der schmerzhaftesten und machtvollsten aller menschlichen Emotionen*“ an. Auch Wurmser (1993, S. 72) sieht in der Scham einen „*affektiven Zustand und dieser sei entweder kurzlebig oder anhaltend.*“ Pernlochner-Kügler (2003, S. 30) vertritt in diesem Punkt eine ähnliche Meinung und zählt „*Scham zu den Affekten, die häufig als sehr starke und eher kurzfristige Emotionen beschrieben werden*“.

Damit es zu keinen Verwirrungen im Blick auf die Begriffsbezeichnung kommt, wird darauf hingewiesen, dass sich die Arbeit im weiteren Verlauf an Landweer (1999, S. 7)

halten wird, die in ihrem Werk die Begriffe *Gefühl*, *Affekt* und *Emotion* synonym verwendet und angibt, dass deren Hauptbedeutungen kaum voneinander abweichen und die kleinen Unterschiede außer Acht gelassen werden können.

### 3.2 *Aspekte der Scham*

Beim Phänomen Scham handelt es sich, wie bereits geschildert, um eine sehr weitläufige Emotion, die mit vielen und vor allem unterschiedlichen Aspekten in Beziehung steht. Aus diesem Grund versuchten einige Autoren Scham in sich unterscheidende Klassen bzw. Formen zu unterteilen. Zum Teil wird derselbe bzw. ein sehr ähnlicher Aspekt behandelt, aber eine andere Bezeichnung dafür verwendet.

Es folgt nun ein kurzer Überblick der verschiedenen Unterteilungsmöglichkeiten. Im Anschluss daran werden einige Aspekte, die im Hinblick auf den Sportunterricht als bedeutsam erachtet werden, ausgewählt und genauer betrachtet.

Marks (2011, S. 13-35) zum Beispiel unterscheidet sechs Formen von Scham:

- *Anpassungsscham*
- *Gruppenscham*
- *Emphatische Scham*
- *Intimitätsscham*
- *Traumatische Scham*
- *Gewissenscham*

Die *Anpassungsscham* setzt er mit erwünschten Werten und Normen in Beziehung. Unter diesem Aspekt werden Schamgefühle dann ausgelöst, wenn bestimmte Vorgaben oder Erwartungen nicht erfüllt werden können, geltende Regeln missachtet werden oder man einer Idealvorstellung nicht entspricht. Dabei kann es um Charaktereigenschaften und persönliches Verhalten, intellektuelle Fähigkeiten bzw. den Mangel daran, aber auch den eigenen Körper gehen. Diese Form der Scham hängt sehr stark mit den Mitmenschen und deren Blicken zusammen und ist „nach außen gerichtet“ (ebd. S. 17). Sie kann zum Beispiel durch schlechte Noten in einer leistungsstarken Klasse, Arbeitslosigkeit, unpassende Gefühle oder „uncoole“ Kleidung ausgelöst werden.

Die *Gruppenscham* bezieht sich nicht nur auf die eigene Person, sondern breitet sich auf andere Menschen aus. Damit kann die eigene Familie, Freunde oder eigene Nation gemeint sein. Die Emotion des sich Schämens entsteht bei dieser Form durch ein Unerwünschtes Verhalten eines/einer Anderen mit dem/der man in Verbindung steht. Viele Deutsche schämen sich zum Beispiel für die nationalsozialistische Vergangenheit ihres Landes. Genau so kann man aber auch von Gruppenscham sprechen, wenn man sich für das Verhalten eines/einer Freundes/Freundin oder eines Familienmitglieds schämt. Der umgangssprachliche Begriff „Fremdschämen“ passt hier perfekt dazu.

Zur *empathischen Scham* merkt Marks an, dass sie sehr wichtig für das gemeinsame Leben in einer Gruppe ist und dafür sorgt, Unterlegenen zu helfen und diese zu unterstützen. *Empathische Scham ist die Scham, die wir mitfühlen, wenn wir Zeuge der Scham eines Mitmenschen sind, etwa wenn dieser erniedrigt wird.*“ (ebd. S. 27)

Bei der *Intimitätsscham*, die auch die Bezeichnung „*Schamhaftigkeit*“ hat, ist besonders ihre Schutzfunktion zu erwähnen. Sie verhindert sozusagen, dass Geheimnisse, Gefühle oder persönliche Gedanken an die Öffentlichkeit gelangen. Ihre Aufgabe liegt darin „*die körperlichen und seelischen Grenzen und die Identität des Menschen zu wahren.*“ (ebd. S.28) Auf diese und weitere Funktionen der Scham im Allgemeinen wird im Kapitel 7 genauer eingegangen.

Zu einer Verletzung der Intimitätsscham kommt es, wenn die persönlichen Grenzen, die allerdings individuell sehr unterschiedlich sein können, missachtet werden. Das kann eine unfreiwillige Entblößung vor anderen, ein „unangebrachter“ Kommentar oder ständige Erniedrigung sein.

Die *traumatische Scham* resultiert im Prinzip aus der Intimitätsscham, wenn „*die Intimitätsgrenze oder Würde eines Menschen in traumatischer oder kumulativ-traumatischer Weise [...] verletzt wurden.*“ (ebd. S. 33)

Um einen andersartigen Aspekt handelt es sich bei der *Gewissensscham*, die in engem Zusammenhang mit Schuld und Reue steht. Hier treten die Schamgefühle auf, wenn das eigene Idealbild missachtet und gegen die persönliche Wertvorstellung gehandelt wurde. Ein anschauliches Beispiel, das die Beziehung mit Schuld erkenntlich macht, ist die Unterlassung der Hilfeleistung. Einerseits macht man sich vor dem Gesetz schuldig und andererseits kann es leicht zu Scham kommen, weil dem Mitmenschen nicht geholfen wurde.

Aufgrund der zahlreichen Ursachen, die Scham auslösen können, spricht Hilgers (1996, S.19) nicht von einem einzelnen Schambegriff, sondern von der „*Gruppe der Schamgefühle*“:

- *Kompetenzscham*, die durch das Ausbleiben von Erfolgserlebnissen entsteht.
- Scham, die durch eine Missachtung der persönlichen Grenzen entsteht. (Vgl. Intimitätsscham)
- Scham, die aufgrund einer aktiven Erniedrigung durch Mitmenschen empfunden wird.
- Scham, die mit dem eigenen Körper oder einer unvorbereiteten Entblößung zu tun hat.
- Scham, die die Abweichung des persönlichen Idealbilds mit der Wirklichkeit aufzeigt.
- Scham, die eine fehlende Unabhängigkeit im Kontakt zu Anderen anzeigt oder erlebt wird, wenn erwünschte Beziehungen nicht aufrecht gehalten werden können.
- Scham, die mit Schuld in enger Verbindung steht und schwer vom Schuldgefühl zu unterscheiden ist.

Neckel (1991, S. 145) unterscheidet *moralische Scham*, *soziale Scham* und *Körperscham*, wobei er darauf hinweist, dass die dritte Form auch der zweiten untergeordnet sein kann. Das begründet er (2000, S. 98) damit, dass Körper, Persönlichkeit und Status für „*soziale Schamgefühle*“ sorgen. Der soziale Aspekt steht seiner Meinung nach immer mit Status in der Gesellschaft in Verbindung und kann daher auch als *statusgebundene Scham* bezeichnet werden.

Laut Scheler (1957, S. 90) spaltet sich das Schamgefühl in zwei sehr voneinander abweichende Formen. Eine nennt er *Leibesscham*, die unter anderem die Aufgabe hat *das lebendige Individuum zu decken und gleichsam zu umhüllen*“ (Scheler, 1957, S. 70), und auch als *vitales Schamgefühl* bezeichnet werden kann. Der zweiten gibt er den Namen *Seelenscham* oder *geistiges Schamgefühl*, das sich, wie der Name schon sagt, auf das Innere des Menschen bezieht.

Mariauzouls (1996, S. 12-16) unterscheidet zunächst zwischen *selbstaugelöster*, *fremdaugelöster* und *stellvertretender Scham*. Sein Kriterium für diese Unterteilung sind

die unterschiedlichen Auslöser, die Schamgefühle bewirken. In weiterer Folge führt er eine genauere Unterteilung durch und nennt die sechs folgenden Schamformen:

- a *Überschreitungsscham*
- b *Misserfolgsscham*
- c *Verlegenheitsnahe Scham*
- d *Beschämung*
- e *Stellvertretende Scham*
- f *Sexuelle Scham*

Die Formen a – c werden zur *selbstaugelösten Scham* gezählt. Bei der *Überschreitungsscham* nehmen Interaktionen, Beziehungen und soziale Regeln eine wichtige Rolle ein. Werden gesellschaftliche Normen oder persönliche Grenzen missachtet, kommt es zu dieser Form der Scham. Dabei kann es sich um ungebührliches Verhalten, ein Verbrechen oder einfach die Tatsache, zu schaulustig zu sein, handeln. Die *Misserfolgsscham* bezieht sich auf persönliches Versagen in verschiedensten Lebensbereichen. Das Unvermögen kann mit dem Körper, wenn zum Beispiel eine motorische Aufgabe nicht erfüllt werden kann oder man sich ungeschickt verhält, in Zusammenhang stehen, aber auch mit alltäglichen Situation, wie ein Arbeitsauftrag, den man nicht zufriedenstellend durchführen kann, zu tun haben. Die *verlegenheitsnahe Scham* entsteht, wenn Abweichungen hinsichtlich des Körpers, des Charakters oder der sozialen Zugehörigkeit von dem Standard, der als „normal“ gilt, offensichtlich werden. Die Bandbreite kann vom Aussehen, das dem Schönheitsideal nicht entspricht, über Mutlosigkeit bis zu Armut oder Zugehörigkeit einer Minderheit reichen.

Die *fremdaugelöste Scham*, die durch das Verhalten anderer ausgelöst wird, ist mit dem Begriff *Beschämung* gleichzusetzen. Bei dieser Form unterscheidet man drei Kategorien, die die Emotion auslösen: *Rangverminderung* und *Relevanzmissachtung*, *Distanzlosigkeit* und *Missachtung von Grenzen* sowie *Überschreitungen* und *Misserfolge, auf die man durch andere aufmerksam gemacht wurde* (ebd. S. 14). Bei ersterer geht es um Erniedrigung, Zurückweisung, Beleidigungen oder Stigmatisierung. Die beiden anderen Kategorien sind selbsterklärend.

Die *stellvertretende Scham* ist im Prinzip mit der *emphatischen Scham* (Marks, 2011, S. 27) gleichzusetzen. Sie wird ausgelöst, wenn Personen, mit denen man sich verbunden fühlt, Scham empfinden oder beschämt werden.

Die letzte Form, die *sexuelle Scham*, bezieht sich auf die Geschlechtlichkeit und auch hier ist der Name selbsterklärend.

Trotz seiner vorgenommenen Einteilung weist Mariauzouls (1996, S. 14) darauf hin, dass die Emotion des Schamgefühls keineswegs immer eindeutig einer Form zuzuordnen ist. So kann man zum Beispiel bei einer erlittenen Niederlage in einem Wettkampf nicht mit Sicherheit sagen, ob die Scham fremd- oder selbstausgelöst ist.

Im Gegensatz zu Mariauzouls, der die Scham auf Grund ihrer unterschiedlichen Auslöser einteilt, nimmt Wurmser (1993, S. 127) das Zeitverhältnis als Kriterium. Er unterscheidet drei Hauptformen, nämlich die *Schamangst*, die sich auf eine bevorstehende Situation bezieht, den *Schamaffekt* selbst, bei dem es sich um die Reaktion auf etwas bereits Eingetretenes handelt, und *Scham als Charakterhaltung*, die als eine vorbeugende Maßnahme eine Demütigung verhindern soll und als Reaktion auf bereits erlittene Schamerlebnisse die ersten beiden Formen vermeiden soll.

Laut Lietzmann (2003, S. 89) entsteht Scham stets aus einer „*Identitätskrise*“, die sich auf einen körperlichen, psychischen oder sozialen Aspekt bezieht. Dementsprechend unterscheidet sie drei verschiedene Schamformen: *Körperscham*, *psychische Scham* und *soziale Scham*. Sie weist darauf hin, dass sich die Scham lediglich durch die „*Art der schamauslösenden Identitätskrise*“, die zu dem Affekt führt, unterscheidet. Weiters spricht sie aber auch von Kombinationsformen, zu denen sie die *Sexualitätsscham* und die *Ausdrucksscham* zählt (ebd. S. 100). Zu Körperscham kann es ihrer Meinung nach (S. 91-92) zum einen kommen, wenn man kurzzeitig die Beherrschung über den eigenen Körper verliert, wie zum Beispiel versehentliches Hinfallen, zum andern wenn man wie bei Übergewicht, sichtbaren Hauterkrankung oder körperlichen Behinderungen dauerhaft keine Gewalt über den Körper hat. Solche ständigen körperlichen „Entstellungen“ lösen allerdings nicht ständig Schamgefühle aus, sondern nur, wenn das Augenmerk auf sie gerichtet wird. Auch bei der psychischen Scham kann laut Lietzmann (S. 95) der Kontrollverlust einerseits kurzfristig, zum Beispiel ein kurzzeitiges Angstgefühl, andererseits aber auch von Dauer sein, wenn es um Persönlichkeitsmerkmale, wie zum Beispiel Schüchternheit, geht. Auch bei der sozialen Scham verhält es sich ähnlich. Sozialer Status bzw. wenn dieser nicht in erwünschter Form vorhanden ist, kann ein Auslöser von Schamgefühlen sein. So ist Arbeitslosigkeit häufig ein Grund sich zu schämen. In diesem Fall handelt es sich um einen eher dauerhaften Zustand, doch auch kurzfristige Verstöße gegen geltende Normen können zu Scham führen (ebd. S. 99). Wenn

ein Mensch aufgrund verschiedenartiger Aspekte eine Identitätskrise erlebt, kann man von Kombinationen von Schamformen sprechen. Eine derartige Verschmelzung stellt die Ausdrucksscham dar. Zu dieser kommt es durch den Kontrollverlust über den eigenen Ausdruck oder durch das Gefühl zu viel oder zu wenig von sich preisgegeben zu haben. Ein derartiger Ausfall entsteht, wenn man von einem Gefühl oder einer Situation, im positiven wie im negativen Sinn, so übermannt wird, dass man sowohl die eigene psychische Verfassung, als auch Mimik und Gestik nicht kontrollieren kann.

Zusammenfassend lässt sich zu den verschiedenen Varianten sagen, dass alle Unterscheidungsmöglichkeiten für sich plausibel sind und ihre Berechtigung haben. Generell zeigen die unterschiedlichen Formen aber vor allem das Ausmaß und die Vielfalt der Scham. Natürlich darf jedoch nicht außer Acht gelassen werden, dass einige Autoren denselben bzw. einen sehr ähnlichen Aspekt meinen und lediglich einen anderen Ausdruck für dasselbe Phänomen verwenden.

Im Hinblick auf das Thema Scham und Beschämung im Sportunterricht erscheinen einige Aspekte als besonders wichtig. Da sportliche Betätigung in engem Zusammenhang mit Körperlichkeit steht, hat der Bereich *Körper*, der im Sport wesentlich mehr zur Schau gestellt wird als in anderen Situationen, und jegliche damit verbundene Scham klarerweise eine besonders starke Bedeutung. Schüler können zum Beispiel Probleme mit einem zu schmalen Körperbau haben (Sobiech & Marks, 2008, S.6), während Schülerinnen mit zu großen oder einfach nicht passenden Brüsten zu kämpfen haben (Marks, 2011, S. 21). Besonders beschämend können die schnellen körperlichen Veränderungen in der Pubertät sein, in der gutes Aussehen eine äußerst wichtige Bedeutung hat (ebd.). Dabei beginnen die Schwierigkeiten nicht erst im Unterricht selbst, sondern schon in den Umkleidekabinen. Diese können so weit gehen, dass sich Schüler oder Schülerinnen erst gar nicht umziehen, weil sie sich für ihren Körper schämen, und im Alltagsgewand in der Turnhalle erscheinen oder den Sportunterricht ganz verweigern (Sobiech & Marks, 2008, S.6). In derartigen Situationen kann man gemäß Marks (2011, S. 27-28) auch von *Intimitätsscham* sprechen, da die Jugendlichen intime Körperregionen bzw. Körperteile, die nicht von anderen gesehen werden sollen, bedecken und so ihre persönlichen Grenzen schützen. In Maßen hat sie natürlich einen positiven Sinn, doch wenn dadurch nicht am Unterricht teilgenommen wird, wirkt sie kontraproduktiv.

Ein weiterer Aspekt der Körperscham ist das Übergewicht, das schon im Alltag Scham auslösen kann, und sich im Sport natürlich noch stärker auswirkt, denn „*im Gegensatz zum*

*Klassenraum steht der Körper im Sportunterricht im Mittelpunkt des Geschehens und vor allem der Betrachtung“* (Sobiech & Marks, 2008, S.6). In Verbindung mit dem Körper stehen auch die sportlichen Leistungen und motorischen Fähigkeiten. Können gestellte Aufgaben nicht bewältigt werden, kann Schamgefühl entstehen, wobei bei dieser Thematik auch der Ausdruck *Misserfolgsscham*, den Mariauzouls (1996, S.16) verwendet, sehr passend erscheint. Ähnlich verhält es sich auch bei der *Kompetenzscham* (Hilgers, 1996, S.19), die entsteht, wenn es zu keinen Erfolgserlebnissen kommt, was bei manchen unsportlichen Kindern der Fall ist.

Unabhängig vom Körper spielen im Umfeld Schule und auch im Sportunterricht sozialer Status, soziale Normen und Idealvorstellungen eine wesentliche Rolle, wobei sich diese auch auf die Leiblichkeit beziehen können. So kann sich unter Umständen ein Schüler oder eine Schülerin beschämt fühlen, weil er/sie sich eine bestimmte Markenkleidung, die im Moment angesagt ist, nicht leisten kann. Laut Sobiech und Marks (2008, S.6) kann es vor allem bei Buben zu Schamerlebnissen kommen, wenn die gesellschaftliche Vorstellungen von Männlichkeit, wie Kraft und Stärke, Mut oder Durchsetzungsvermögen, nicht erreicht werden. Das Szenario des Teamwählens ist ein Paradebeispiel dafür. Die unsportlichen Schüler und Schülerinnen, die immer bis zum Schluss übrig bleiben, werden jedes Mal beschämt und die Rangordnung in der Klasse wird für jeden sichtbar. Diese Situationen könnte sowohl der *Anpassungsscham* (Marks, 2011, S.14), als auch der *sozialen Scham* (Lietzmann, 2003, S. 95 & Neckel, 1991, S. 145), sowie der *verlegenheitsnahen Scham* (Mariauzouls, 1996, S. 169) zugeordnet werden.

Auch *empathische Scham* (Marks, 2011, S. 27) kann im Sportunterricht vorkommen. Bei Beschämungen oder Erniedrigungen eines Schülers oder einer Schülerin durch die Lehrperson können die Mitschüler und Mitschülerinnen die Schamgefühle mitfühlen und werden im Prinzip damit angesteckt. In weiterer Folge kann aus dieser Schamform *Gruppenscham* entstehen, wenn die Klasse beginnt sich für den Klassenkameraden oder die Klassenkameradin zu schämen (Sobiech & Marks, 2008, S.6).

### **3.3 Strukturmerkmale der Scham**

Im vorangegangenen Kapitel wurden die verschiedenen Aspekte der Scham erläutert und es wurde gezeigt, wie unterschiedlich die Auslöser von Schamgefühlen sein können. Doch egal um was für einen Aspekt, ob körperlich oder psychisch bedingt, es sich handelt, die Struktur der Scham ist gleich. Lewis (1995, S. 26 & 43) zählt Scham gemäß

vorherrschender Meinung zu den Emotionen, doch spezifiziert er diese noch und ordnet sie, wie Stolz und Schuld, den sekundären bzw. ichbewussten Emotionen zu. Diese unterscheiden sich von den primären darin, dass sie ein Ichbewusstsein voraussetzen, um auf das eigene Selbst Bezug nehmen zu können. Ohne die Befähigung, das eigene Verhalten mit den eigenen Normen und Idealen zu vergleichen, kann also keine Scham empfunden werden. Die enge Verbindung zwischen Scham und dem Bewusstsein des eigenen Selbst findet sich auch bei IZARD (1994, S. 435-436): „Bei Scham ist unser gesamtes Bewusstsein plötzlich und für einen Augenblick von unserem Selbst erfüllt. Wir sind uns nur unserer selbst bewusst oder irgendeines Aspektes des Selbst, den wir als ungehörig oder unzulänglich betrachten.“ Auch laut Lynd (1958, S. 49) erfasst die Scham das ganze Selbst, genauso wie die Scham vom Selbst ergriffen wird und sie sieht aufgrund des engen Zusammenhangs in der Scham einen Schlüssel der Identität. Für Simmel (1995, S. 144) liegt die Ursache für Schamgefühle ebenso im Ichbewusstsein und nicht in bestimmten Situationen, da sich das Bewusstsein über die eigene Person an verschiedenste Lebensinhalte anschließen kann. Schamerlebnisse charakterisiert er durch ein „*doppeltes Ich*“, das man in derartigen Situationen empfindet. Auf der einen Seite ist „*das wirkliche, durch den Fehler als unvollständig erscheinende*“ und auf der anderen „*das normale, komplette*“, das man auch als Idealbild bezeichnen könnte und gegen das sich die Herabsetzung richtet. Auch Sobiech & Marks (2008, S. 6) sehen den Grund für Schamgefühle in der Differenz zwischen dem Ich-Ideal, das für Neckel (1991, S. 16) eine Voraussetzung für Scham ist, und der Tatsache, diesem nicht zu gerecht zu werden. In diesem Sinne meint auch Wurmser (1993, S. 347), dass Scham aus der „*Diskrepanz zwischen dem idealen und dem realen Selbst*“, also einem Missverhältnis im Empfinden über die eigene Person resultiert. Lietzmann (2003, S. 85) nennt drei strukturelle Merkmale, die in allen Schamsituationen, unabhängig von den Auslösern, zu finden sind. Zunächst einmal wird eine „*Desorganisation der menschlichen Einheit*“ verursacht, auf die eine „*Krise des Geistes, eine Niveausenkung*“ des Verhaltens, das die Person im Normalfall charakterisiert, folgt und zuletzt kommt es zu einer „*spezifischen Krise der Identität*.“ Natürlich variieren die Scham und deren Erscheinungen je nach Situation, die von verschiedensten individuellen oder gesellschaftlichen Faktoren beeinflusst werden, doch hinsichtlich der eben genannten Merkmale ändert sich die Struktur nicht. Die Schamsituation kann dann als beendet betrachtet werden, wenn Identitätskrise überwunden und persönliche Einheit wieder organisiert ist (Lietzmann, 2003, S. 87).

### 3.4 *Der Blick der Anderen*

Viele Autoren gehen davon aus, dass der Blick einer anderen Person bzw. das Gesehen- und Beobachtetwerden die wichtigste Ursache für das Auslösen von Scham ist. Laut Erikson (2005, S. 246-247) liegt die Verbindung des Blickes mit dem Schamerleben darin, dass die sich schämende Person das Gefühl hat, „*rundherum allen Augen ausgesetzt*“ zu sein und sie mit diesen Blicken der Welt noch dazu gänzlich unvorbereitet konfrontiert ist. Am liebsten würde der schamerfüllte Mensch „*die Welt zwingen, ihn nicht anzusehen oder seine beschämende Situation nicht zu beachten. Er würde am liebsten die Augen aller anderen zerstören.*“ Auch für Heller (1981, S. 111) gibt es keine Scham ohne den Blick der Anderen. Sie vertritt die Meinung, dass nicht die Tat, sondern „*die Augen der Gemeinschaft*“, von denen man gesehen wird, das beschämende Gefühl hervorrufen. Denn diese richten sich auf die betroffene Person, verurteilen oder lachen sie aus, doch schon der Umstand, gesehen zu werden, löst das Sich-Schämen aus. Bernet (1997, S. 147) erwähnt ebenso die unentbehrliche Bedeutung des Blickes und versteht „*das Schamgefühl als ein durch den Blick des Anderen vermitteltes leibliches Selbstgefühl.*“ Tisseron (2000, S. 59) beschreibt die Gefahr, die vom Blick ausgeht, dadurch, dass er eine „*entblößende*“ Wirkung hat und so ins Innere des Körpers dringen kann. Das Hineinsehen ins Innere offenbart den anderen nicht etwa den Körper sondern die „*Schande*“ und kann wie ein Mord empfunden werden. Der bekannteste Vertreter dieser Theorie über die Bedeutung des Blickes ist Sartre (1952, S. 209 & 214), nach dessen Meinung dieser so stark sein kann, dass man unter dem Blick von anderen „*nicht Herr der Situation*“ ist und sich „*wie erstarrt in Mitten der Welt*“ erlebt.

Neben dem aktiven Ansehen, das in einem „*nicht angepassten Zustand*“ (Jacoby, 1991, S. 101) sehr unangenehm sein kann, hat der Blick noch eine weitere Möglichkeit Scham auszulösen, nämlich dann wenn Andere ihr Missfallen ausdrücken, indem sie die Blicke abwenden (Hilgers, 1996, S. 17).

Um die „*Macht*“ des Blickes – durch das Sehen und Gesehenwerden sozialisieren und platzieren wir uns, definieren unsere Identität und unser Selbstwertgefühl und organisieren Wissen und Welt in Form von Kategorien (Schuller, 1993, p. 288, zit. n. Bastian, 1998, S. 21) – zu verstehen, muss die Einzigartigkeit des Auges kurz erläutert werden. Das Auge kann im Vergleich zu den anderen Sinnesorganen aktiv und passiv zu gleich sein. Somit nimmt es nicht nur Reize und Informationen wahr, sondern es kann auch aktiv handeln, was man als „*Wahrgebung*“ bezeichnen könnte. Durch die Blicke, hat das Auge die

Fähigkeit Beziehungen zu klären und ist dadurch ein „*aktives soziales Regulationsorgan*“. Diese Fähigkeit wird durch das Sprichwort: „Wenn Blicke töten könnten“ sehr deutlich, da man am Blick erkennen kann, wie Personen zueinander stehen. (Bastian, 1998, S. 21-22).

Der Zusammenhang zwischen dem Blick und der Scham, wird auch an den Reaktionen der sich schämenden Personen offensichtlich, wenn sie sich den Blicken entziehen wollen (Hilgers, 1996, S. 9), indem sie zum Beispiel das Gesicht bedecken (Mariauzouls, 1996, S. 27). Auf diese und andere Reaktionen wird im nächsten Kapitel näher eingegangen.

## 4 Psychische, physiologische und das Verhalten betreffende Schamreaktionen

Laut Mariauzouls (1996, S. 25) handelt es sich bei Scham um eine Emotion, die zu den „*Reaktionssyndromen*“ zählt, welche aus drei Komponenten bestehen.

- Das *Erleben*, also die inneren Wirkungen und emotionalen Vorgänge, die die Scham auslöst, wie zum Beispiel Empfindungen, Gedanken, Intentionen, oder Gemütsbewegungen.
- *Physiologische Veränderungen* des Körpers, wie Erröten.
- *Verhalten und Ausdruck*, die von Scham hervorgerufen werden, nämlich veränderte Mimik, Gestik, Körperhaltung und Aussprache

In diesem Kapitel werden die verschiedenen Wirkungen, Vorgänge und Reaktionen, die von der Scham erzeugt werden, näher beschrieben.

### 4.1 Emotional – kognitive „innere“ Vorgänge

Im Bezug auf die mit dem Schamaffekt zusammenhängenden Gefühle weist Lietzmann (2003, S. 107) darauf hin, dass die Scham nicht mit dem Schamgefühl gleichgesetzt werden darf, da ihrer Meinung nach Scham „*durch eine Identitätskrise charakterisiert ist, die gefühlsmäßig erlebt wird.*“ Dabei schließt sie sich Schelers Ansicht (1957, S. 76) an, der es für einen Fehler hält, Scham mit Schamgefühl zu verwechseln. Mit Sicherheit geht Scham mit signifikanten Gefühlen einher und diese „*können äußerst heftig sein und werden stets als unangenehm brennend bis hin zu quälend empfunden*“ (Lietzmann, 2003, S. 107). Neckel (2000, S. 98) beschreibt die Gefühlssituation wie folgt: „*Das ganze Ich scheint wertlos, von Fehlern behaftet, mit einem Makel versehen zu sein.*“ Mariauzouls (1996, S. 25-27) versucht das Erleben der Scham in zeitlich aufeinander folgende Momente zu gliedern. Die erste Phase beschreibt er mit Gefühlen des „*Überfallenwerdens*“ und „*Überraschtwerdens*“, die dann zeitweilig den „*Verlust der Geistesgegenwärtigkeit*“, „*Verwirrtheit*“ und sogar „*Gefühle der Gelähmtheit*“ und den „*Verlustes der Selbstkontrolle*“ bewirken können (ebd. S. 25). Landweer (1999, S.40) sieht *Passivität, undurchführbare oder sich gegenseitig blockierende Bewegimpulse* als charakteristische Schamgefühle, die sich auf diese Phase beziehen.

Den nächsten Moment im Schamerlebnis beschreibt Mariauzouls (1996, S. 25-26) als „*Rückwendung auf sich selbst*“. Dabei wird sich die beschämte Person ihres Selbst ganz bewusst und erlebt eine gesteigerte Selbstwahrnehmung. Des Weiteren finden sich in der Literatur folgende Gefühle, die im Zusammenhang mit Scham empfunden werden: *Unfähigkeit, Unzulänglichkeit, Hilflosigkeit, Schwäche, Machtlosigkeit, Wertlosigkeit, Minderwertigkeit, Lächerlichkeit, Demütigung, Gekränktheit* (ebd. S. 26). Landweer (1999, S. 40) nennt noch das Gefühl des „*Vernichtetseins*“, das eine noch höhere Intensität hat. Erikson (1973, S.79) beschreibt die Empfindung damit, sich beobachtet und ausgestellt, unsicher, befangen und klein zu fühlen. Lietzmann (2003, S. 108) charakterisiert diese Phase mit dem Gefühl nicht gut genug zu sein und von der menschlichen Umwelt nicht anerkannt zu sein.

Auf die gerade erwähnten Gefühle können weitere Empfindungen und Reaktionen entstehen. Mariauzouls (1996, S. 26) nennt folgende vier Kategorien:

- *Freeze-Gefühle*, die sich in Deprimiertheit und Traurigkeit ausdrücken. Man ist verlegen, schätzt die eigene Person nicht wert und fühlt sich unterlegen und löst sich nicht vom Schmerz. Auch das „*Gefühl eine verwerfliche Person zu sein*“ kann charakteristisch für die Scham sein (Schulheiss, 1997, S. 98). Marks (2011, S. 68) charakterisiert diese Gefühle mit dem „*Impuls zu erstarren*“ und sieht auch die Möglichkeit kurzzeitig die geistigen Fähigkeiten zu verlieren.
- *Empathie*, die sich in Mit- und Schuldgefühl gegenüber anderen zeigt und mit dem Wunsch nach Wiedergutmachung verbunden ist.
- *Fight-Gefühle*, die mit der Bestrafung der beschämenden Person zusammenhängen. Aufkeimende Schamausdrücke werden zu vermeiden oder zu verdrängen versucht, indem Situationen mit Humor oder Lachen überspielt werden, man sich unnahbar zeigt oder eine andere Person beschämt (Marks, 2011, S. 68). Lewis (1995, S. 228) sieht das Lachen „*zum Teil als physiologische Sperre für Scham und hat ebenfalls die Funktion, das Selbst vom beschämten Selbst zu entfernen.*“
- *Flight-Intentionen*, die typischerweise mit dem Wunsch sich zu verbergen, zu verstecken oder im Boden versinken zu wollen, beschrieben werden. „*Wer sich schämt, will sich am liebsten vor sich selbst verstecken, vor sich fortlaufen, in Staub und Nichts oder im Boden versinken*“ (Landweer, 1999, S. 40). Doch wird auch darauf hingewiesen, dass man lediglich aus der Situation, aber keineswegs vom Gefühl fliehen kann. Erikson (2005, S. 247) sieht in diesen Situationen einen

„gegen das Ich gekehrten Zorn“. Der oder die Beschämte würde die anderen Personen gerne dazu zwingen, ihn nicht anzuschauen, doch muss er sich wünschen unsichtbar zu sein, anstelle seines Bedürfnisses, die Augen der anderen zu vernichten. Lewis (1995, S. 16) geht noch weiter und meint, dass Scham sogar den Wunsch zu sterben hervorrufen kann.

Nach Marks (2011, S. 67-68) ist für die „Fight- und Flightreaktionen“ das sympathische Nervensystem, das aktivierend auf den Körper wirkt, hauptverantwortlich, während im „Freezezustand“ der Parasympathikus, der eine deaktivierende Funktion inne hat, besonders aktiv ist. Im Zustand des sich Schämens, in dem Flucht- und Kampfgedanken und das Gefühl der Erstarrung begleitend auftreten oder aufeinander folgen, kommt es zu einem Missverhältnis des Sympathikus und Parasympathikus, die normalerweise antagonistisch wirken, in derartigen Situationen allerdings beide erhöht aktiv sind (Schore, 1998, p. 67, zit. n. Marks, 2011, S. 68).

Zusammenfassend ist auf die Vielfältigkeit emotionaler Schamreaktionen hinzuweisen, wie Zorn, Depression und Rückzug (Lewis, 1995, S. 16), Aggression, Unterwerfung und Verleugnung (Neckel, 1991, S. 15) und vor allem auf die Charakteristik von Schamgefühlen, sich ungewollt beobachtet zu fühlen, als ob alle Blicke auf einen gerichtet wären (Lietzmann, 2003, S. 108).

## **4.2 Physiologische Veränderungen**

Bei Schamerlebnissen ist es typisch sich im Mittelpunkt aller Aufmerksamkeit zu fühlen und alle Augen auf sich gerichtet zu spüren. Da die Blicke klarerweise auf den Körper gerichtet sind und auf diesem das Hauptaugenmerk liegt, erscheint es nachvollziehbar, dass die Reaktionen auf beschämende Situationen hauptsächlich körperlich sind. Diese sind unter anderem *Erröten*, *Erblassen*, *weiche Knie* oder *Zittern* (Pernlochner-Kügler, 2003, S. 31). Plessner (1982, S. 237.) erwähnt neben diesen noch *Schweißsekretion*, *Erbrechen*, *Husten* und *Niesen*, wobei diese Reaktionen nicht nur in Schamsituationen, sondern auch bei Angst, Ekel und Erregbarkeit im Allgemeinen auftreten können. Marks (2011, S.67) nennt auch die Möglichkeit der Erhöhung des Pulses und Blutdrucks.

Das Erröten erscheint in der Literatur als die typischste physiologische Folge von Scham, wobei es bisweilen als „*mysteriös*“ bezeichnet wird (Izard, 1994, S. 433). Lietzmann (2003, S. 108-109) bezeichnet das Phänomen des Rotwerdens als das charakteristische

Merkmal der Scham, da es das sichtbarste Zeichen dafür ist, dass ein Mensch die Macht über seinen eigenen Körper verloren hat. Dabei darf aber keinesfalls außer Acht gelassen werden, dass das Erröten zwar viele Schamerlebnisse begleitet bzw. gemeinsam auftritt, doch man längst nicht von der Gesamtheit sprechen kann. Weiters können die Gründe rot zu werden, andere als Scham sein. Beispielsweise können körperliche Betätigung oder Wut dazu führen. Besonders das Erröten im Bezug auf Ärger kann von Beobachtern fälschlicherweise leicht der Scham zugesprochen werden, wenn sich die betroffene Person über eine beschämende Situation mehr aufregt als sich zu schämen (Landweer, 1999, S. 41-42). Verstärkt wird diese „*unerwünschte und unkontrollierbare Reaktion*“ (Lietzmann 2003, S. 109) durch ihre wechselseitige Wirkung, die sich darin zeigt, dass das Erröten noch zusätzlich schamauslösend wirkt. Eine Person die sich schämt, kann also durch die Tatsache rot zu sein, zusätzliche Scham empfinden, da man sich durch die Rötung noch exponierter erlebt und es Anlass für beschämende Blicke und Äußerungen sein kann. Die beschämte Person empfindet das Rotwerden als „*aufsteigende Hitze*“ und „*Überflutetwerden*“. Allerdings kann es auch vorkommen, dass die betroffene Person diese Vorgänge fühlt, ohne dass sie von Mitmenschen bemerkt werden. Erröten kann also auch nur ein inneres Ereignis sein, das von der Außenwelt nicht erkennbar ist. (Landweer, 1999, S. 41). Mariauzouls (1996, S. 89) berichtet von dem nach vorne gerichteten, oberen Teil der Wangen als den am stärksten errötenden Körperteil. Die seitliche Region der Wangen und der Hals sind zwar auch vom Rotwerden betroffen, allerdings nur mit halber Intensität. Außerdem kam er zum Ergebnis, dass das Erröten seinen Höhepunkt ca. 15 Sekunden nach Eintritt des Schamerlebnisses hat und nach ca. 35 Sekunden wieder abklingt (ebd. S. 111). Neben großen individuellen Unterschieden im Bezug auf die Häufigkeit des Errötens kommt es laut Izard (1994, S. 433-434) im Alter zu einer Verschiebung der Schwelle, denn Kinder und Jugendliche scheinen generell leichter rot zu werden als Erwachsene. Ob es sich dabei um psychische oder biologische Veränderungen handelt, ist nicht klar.

### **4.3 *Veränderungen im Verhalten und Ausdruck***

Wichtige Anzeichen für Scham sind Veränderungen im Bereich der Körperhaltung, der Mimik und Gestik und der verbalen Äußerungen. Laut Izard (1994, S. 432.) sind die charakteristischen Ausdrucksmerkmale das Abwenden des Blickes und des Gesichts, durch eine Drehung zur Seite oder nach unten. Im Allgemeinen neigen die Bewegungen in

Schamsituation dazu, die Person kleiner erscheinen zu lassen und diese scheint sich zusammenrollen zu wollen. In der Literatur findet sich eine Fülle an Ausdrucksmerkmale, die typisch für sich schämende Personen sind. Mariauzouls (1996, S. 27-28) listet die wichtigsten auf, nämlich generell eine *gesenkte Körperhaltung*, weiters *Kleinmachen* bzw. *Zusammensacken* und das *Bedecken* oder *Verstecken des Gesichts*, wobei manche den Kopf senken und andere diesen komplett abwenden. Im Bezug auf die obere Gesichtshälfte werden Zukneifen der Augen, Senken der Augenlider oder des gesamten Blicks, Wegdrehen der Augen, schnelles Blinzeln, Blickkontaktvermeidung, da fremde Blicke nicht mehr auszuhalten sind, oder ein unsteter Blick als auffällige Anzeichen genannt. Im unteren Gesichtsbereich kann es zum Einrollen der Lippen bzw. dem Beißen auf diese kommen, oder die Unterlippe wird zwischen die Zähne genommen. Auch von *Zuckungen in den Mundwinkeln und herabhängenden Mundwinkeln* ist die Rede. Lietzmann (2003, S. 110) spricht zusätzlich noch von einem „*verhangenen Blick*“ und teilweiser Tränenbildung. Wichtig ist hier der Hinweis, dass die Ausdrucksformen nicht ausschließlich bei Schamgefühlen vorkommen, sondern auch andere Emotionen, wie Ärger, Trauer, Furcht oder Niedergeschlagenheit, dazu führen können. Durch Scham kann im Gegenteil die Mimik verloren gehen, wenn das Gesicht „eingefroren“ ist.

Neben körperlichen Reaktionen können schamerfüllte Situationen auch zu Veränderungen im verbalen Verhalten führen. Diese machen sich durch Stottern, unaufhörlichen Redefluss, verlegenes Lachen oder unpassende Äußerungen bemerkbar (Mariauzouls 1996, S. 28). Generell kann es, so Marks (2011, S. 67), zu einem kurzzeitigen Ausfall des Sprachvermögens oder zu Gedächtnisverlust kommen und die eigenen Affekte können nicht mehr kontrolliert werden, weil auch die Vernunft kurzfristig aussetzen kann.

#### **4.4 Längerfristige Folgen**

Nach dem Abklingen der kurzfristigen emotional – kognitiven, physiologischen und verhaltensbezogenen Abläufen können bei intensiven Schamerlebnissen zeitlich später folgende Auswirkungen und Verhaltensweisen auftreten (Mariauzouls, 1996, S. 28). Ist die Intensität der Scham so hoch, dass das Gefühl schmerzhaft ist, muss sie abgewehrt werden. Die Dauer der Abwehr variiert wiederum und die Ausprägungen reichen von harmlosen Reaktionen, wie kurzzeitiges Schmollen, bis hin zu selbstzerstörerischem und gemeingefährlichem Verhalten, wie Drogensucht und körperliche Gewalt (Marks, 2011, S.71). Genauso, wie oben genannten kurzfristigen, spontanen Reaktionen zwar ein

Schamgefühle zu Grunde liegen könnte, dürfen längerfristige Verhaltensweisen nicht in dem Sinne verstanden werden, dass sie immer durch Schamerlebnisse hervorgerufen werden. Scham kann der Grund für derartige Abwehrreaktionen sein, ebenso wie andere Emotionen. Im Folgenden werden die unterschiedlichen Reaktionsmaßnahmen genauer untersucht.

#### **4.4.1 Verstecken und Verbergen**

Eine Möglichkeit Scham abzuwehren, besteht im Rückzug aus schamvollen Situationen. Dieses Verhalten resultiert aus den schon beschriebenen „Flight-Intentionen“. Gibt es keine Möglichkeit im körperlichen Sinn zu fliehen, folgt das innere Zurückziehen. Eine Art der psychischen Distanzierung ist das „Aufsetzen“ einer *Maske* (Marks, 2011, S. 71). Diese Reaktion zeigt sich besonders bei Buben, für die sich sentimentales Verhalten, wie Mitgefühl oder Schmerz, nicht schickt und als „unmännlich“ gilt. Durch übertriebenes stereotypisches Verhalten, Angeberei und Hochmut täuschen sie Selbstsicherheit vor und überspielen Verlegenheit (Sobiech & Marks, 2008, S.7). Wurmser (1993, S. 306) sieht in Macho-Gehabe häufig Scham verborgen und das vorgetäuschte Selbstvertrauen steht im Gegensatz zum Minderwertigkeitsgefühl. Wird dieser Abwehrmechanismus in übertriebenem Maße angewendet, um keinesfalls in beschämende Situationen zu gelangen, kann *„maskenhaftes Verhalten im Extrem dazu führen, dass die eigene Meinung, persönliche Wünsche oder individuelle Lebensziele zugunsten einer völlig angepassten Existenz aufgegeben werden“* (Marks, 2011, S. 74).

Ein ähnliches Verhalten ist das *„Sich Einigeln“* (ebd.). Auch hier wird versucht das verletzte Innere mit einer harten Hülle zu umgeben. Wenn die Schale nun beispielsweise durch eine Beschämung angegriffen wird, bieten metaphorische Stacheln weiteren Schutz. Dieser Verteidigungsprozess kann ebenfalls ausarten, wenn die Person überhaupt nicht in der Lage ist, sich zu öffnen. Außerdem kann das Verhalten leicht zur Spirale werden, wenn ein Mensch aus Angst verletzt zu werden, unfreundlich oder boshaft reagiert und dadurch die andere Person kränkt und ebenfalls eine ähnliche Reaktion hervorruft. (ebd. S. 75).

Auch *„emotionale Erstarrung“* ist eine Möglichkeit sich vor Scham zu schützen. In emotionalen Extremsituationen kann dieses Verhalten sinnvoll sein, doch wenn darüber hinaus keine eigenen Gefühle gezeigt und fremde wahrgenommen werden können, wird es problematisch (ebd. S. 76).

#### 4.4.2 Projektion der Scham

Werden schmerzhaft und unerwünschte Empfindungen oder unliebsame Bedürfnisse abgewehrt, indem sie einer anderen Person oder Gruppe zugeschrieben werden, so spricht man von „*Projektion*“ (Marks, 2011, S. 78). Dabei kann es sich auch um persönliche Eigenschaften handeln, die nicht den anerkannten Normen entsprechen und man sich deswegen dafür schämt. Tisseron (2000, S. 119) meint, dass durch die Projektion die Scham an eine andere Person weitergegeben wird, die dann stellvertretend die Scham empfindet, sodass die eigene Scham nicht mehr als solche wahrgenommen wird.

#### 4.4.3 Angriff auf die Scham

Eine weitere Möglichkeit im Umgang mit Scham ist, sich gegen diese aufzulehnen (Tisseron, 2000, S. 115). Ein häufiges Mittel ist das *Beschämen* anderer durch Erniedrigung, Verhöhnung, Verspotten oder Demütigung, damit sich diese lächerlich oder ungeliebt fühlen. Die Art und Weise dieser Aktion reicht von abwertenden Blicken und Kopfschütteln über hämisches Grinsen bis hin zu verletzenden Worten. Scham und Beschämung können sich gegenseitig auslösen, wodurch die Gefahr einer „Endlosschleife“ von gegenseitiger Scham und Beschämung besteht, die sich in Gruppen, wie Schulklassen, einstellen und die Atmosphäre vergiften können (Marks, 2011, S. 79-80).

Auch *Verachtung* kann laut Marks (S. 78) als Abwehrmechanismus dienen, indem andere dazu gebracht werden sich minderwertig und erniedrigt zu fühlen. Das geschieht durch Einschüchterungen oder Schikanen und die Verachteten werden im Prinzip entpersonalisiert, da sie entweder wie Luft behandelt oder als Objekt gesehen werden. Die Verachtung wird im Gegensatz zur Beschämung als „*kalt*“ bezeichnet, da die betreffenden Personen jegliche Beziehung und emotionale Bindung abgebrochen haben. Wird „*der Mensch zum Ding entwertet und seines Selbstzwecks beraubt, so ist das äußerste Verachtung*“ (Wurmser, 1993, S. 305).

Marks (2011, S. 83-85) zählt auch *Zynismus* und *Negativismus* zu den Abwehrreaktion von Scham. Ersterer ist in gewisser Weise eine Form von Verachtung, die zwar nicht direkt gegen Menschen gerichtet ist, aber indirekt, da bei dieser Haltung Werte gering geschätzt werden, die die Menschen betreffen. Zynismus entsteht häufig durch fehlende Anerkennung und Wertschätzung. Folgen können Teilnahmslosigkeit, Verlust der eigenen Ideale oder sogar Burnout sein. Beim Negativismus handelte es sich um eine generelle

Grundhaltung, die stets ablehnend ist und immer darauf gerichtet ist etwas Schlechtes zu finden.

Eine weitere Abwehrreaktion ist die *Schamlosigkeit*, die als Reaktionsbildung die Schamgefühle so zurückweist, dass nach außen provozierend schamlos gehandelt wird und der eigentliche Wunsch, nämlich die Scham loszuwerden, somit umgekehrt wird (ebd. S. 86). Auch Scheler (1957, S. 94) erzählt von dem Phänomen, „*dass der Betreffende aus Scham seine Scham (bzw. Schüchternheit) verbirgt und ihre erlebte traditionelle Ausdruckstendenz künstlich durch einen gewollten Verstoß gegen die herrschende Form des Schamausdrucks [...] unterbricht.*“ Zu übertriebener Schamlosigkeit, bei der man die Scham nicht loswird, sondern diese lediglich versetzt wird, kommt es „*vor allem bei äußerst starken, quälenden und dauerhaften Schamgefühlen [...] insbesondere in Folge von permanenten Beschämungen während der Kindheit*“ (Lietzmann, 2003, S. 63). Auch für Hilgers (1997, S. 91), die sich mit Exhibitionismus beschäftigt, liegt Schamlosigkeit nicht das Fehlen von Scham zugrunde, sondern sie sieht darin ebenfalls den Versuch Erniedrigung und Schamgefühle abzuwehren. Inwiefern sich die Schamlosigkeit ausdrückt, hängt von den verschiedenen Aspekten und Formen der Scham ab. Im Bezug auf Schamgefühle, die durch Anpassungsschwierigkeiten oder nicht zu erreichenden Erwartungen entstehen, kann sich die Schamlosigkeit so zeigen, dass sich die betreffende Person – zwar nur scheinbar – offensichtlich unabhängig von den herrschend Erwartungen und Normen gibt. Das lässt sich beispielsweise an extrem auffälliger Kleidung oder unangemessenem Verhalten erkennen. Wenn es um die eigene Intimität geht, können unter Umständen eine besonders freizügige Demonstration des eigenen Körpers, die sich bis zum Exhibitionismus entwickeln kann, oder die Zurschaustellung des ganzen Besitzes als Abwehrreaktionen fungieren. Dabei wird immer die scheinbare Unabhängigkeit von den Mitmenschen sichtbar gemacht und betont (Marks, 2011, S. 87).

Weitere Affekte um mit Schamgefühlen fertig zu werden, sind nach Marks (S. 89) *Trotz*, *Neid* und *Groll*. Heimlichem Groll liegt das Gefühl, ohnmächtig gegenüber erlittener Ungerechtigkeit zu sein, zugrunde, ist mit der Ablehnung von Personen oder Objekten verbunden und manifestiert sich in Rachsucht. Trotz dreht die Affekte um und anstelle einer durch schamausgelösten Hilflosigkeit oder Erstarrung wird bei dieser Reaktion dagegegehalten und schützt so vor Schamgefühlen. Wurmser (1993, S. 307) beschreibt den Trotz als eine mögliche „*letzte Bastion der Abwehr, eine Abwehr zugunsten der Integrität des Selbst, die vielleicht das letzte Stück Autonomie davor bewahren soll, durch die Rücksichtslosigkeit und Willkür der anderen gebeugt und verborgen zu werden*“.

Weiters meint er, dass egal wie emotional und möglicherweise selbstzerstörerisch man handelt, um das eigene Selbst zu bewahren und vor Unterdrückung zu schützen, man so zumindest ein gewisses Maß an Stolz behält. Neid zeigt sich darin, sich immer mit anderen vergleichen zu wollen und auf diejenigen, die mehr haben oder mehr sind, eifersüchtig zu sein (Jacoby, 1991, S. 115). Scham bzw. Beschämung sind erst dann vorbei, wenn keine Person mehr einen höheren Status genießt oder mehr besitzt (Wurmser, 1993, S. 307).

In unerträglichen Schamsituationen ist auch *Zorn* eine mögliche Abwehrreaktion, die bei anhaltendem Gefühl zur chronischen *Wut* werden kann und leicht in Form von Gewalt ausartet. Gewaltig-tätiges Verhalten kann gefühlte Ohnmacht in Macht verwandeln, wobei damit nicht nur körperliche, sondern auch verbale Nötigung gemeint sein kann. Die allerschlimmsten Fälle von Gewalt als Schamreaktion sind Amokläufe (Sobiech & Marks, 2008, S.7).

#### **4.4.4 Der Scham entfliehen**

Ein weiterer Ausweg, um mit Schamgefühlen umzugehen, besteht im Versuch diesen zu entfliehen, wobei damit keine Flucht im wörtlichen und körperlichen Sinn gemeint ist. Eine mögliche Form dieser Schamabwehr ist *Suchtverhalten*. Dabei werden die schmerzhaften Gefühle durch die Abhängigkeit von Drogen, Alkohol, Sport, Essen oder anderen Suchtmitteln kompensiert. (Sobiech & Marks, 2008, S.7). Charakteristisch für diese Art des Gefühlsausgleichs ist ein Teufelkreis von Scham und Sucht, auf den die Suchtforschung aufmerksam macht. „*Um Schamgefühle abzuwehren, wird ein Suchtmittel konsumiert, was wiederum Schamgefühle zur Folge hat, usw.*“ (Marks, 2011, S. 99). Besonders deutlich macht diese Problematik eine sehr bekannte Äußerung aus „Der kleine Prinz“, die Marks (ebd.) erwähnt. Der Alkoholiker meint dort, er schämt sich, weil er trinkt und trinkt, weil er sich schämt.

Marks (2011, S.97) nennt auch *Idealisierung* als Form der Flucht vor Scham. Indem eine andere Person oder Gruppe verehrt wird, versucht die betroffene die eigenen Mängel oder Schamgefühle zu kompensieren. Des Öfteren tritt diese Reaktion gemeinsam mit Herabwürdigungen oder Verachtung auf. Im Status höhere Menschen werden bewundert, während auf Unterlegene herabgeblickt wird.

Schamgefühle und davon vor allem diejenigen, die mit Minderwertigkeitsgefühlen einher gehen, können als Abwehr *Perfektionismus* zur Folge haben. Der Grundgedanke dabei ist, wenn alles perfekt ist, kann es zu keiner Kritik und keinem Angriff kommen.

„Perfektionismus ist der Versuch, Schamgefühlen dadurch vorzubeugen, dass man dem idealen Wunschbild von sich selbst zu gleichen versucht“ (ebd. S. 97). Problematisch dabei ist, dass das eigene Wunschbild, das man erreichen will, nur schwer zu fassen ist und lediglich die Abweichung zwischen diesem und den persönlichen Mängeln erlebt wird. (Jacoby, 1991, S. 116) Den Perfektionismus charakterisiert er mit folgendem Grundgefühl: „Was immer ich bin, kann, leiste ist eigentlich nie gut genug.“ Durch dieses Gefühl wird der Ehrgeiz nach Vollkommenheit angetrieben, doch der kleinste Fehler löst wieder Beschämung aus, weil der Wunsch in irgendeiner Form perfekt zu sein als wahnwitzig empfunden wird (ebd. S. 116-117). Auch Tisseron (2000, S.117) erwähnt mit *Ehrgeiz* als Reaktion ein ähnliches Mittel um mit Scham und Beschämung umzugehen. Auf mögliche Schamsituation, die eintreten könnten, wird mit doppeltem Ehrgeiz reagiert, was soweit führen kann, dass sich die Persönlichkeit derart verändert, dass Scham überhaupt nicht mehr empfunden wird.

Manchmal stellt laut Marks (2011, S.95) die Flucht in *Größenphantasien*, in denen man sich als besonders außergewöhnlich sieht und man Rücksichtnahme auf andere als nicht notwendig erachtet, einen Abwehrversuch dar.

Wurmser (1993, S. 369) nennt *Rätselhaftigkeit* als eine Form des Selbstschutzes, die versucht Abstand zu erlangen, um sich der Scham nicht stellen zu müssen und so die Gefühle zu verbergen.

Da in Schamerlebnissen oft das Ehrgefühl verletzt wird, reagieren manche mit Mutproben, gehen übertriebene Risiken ein und nehmen körperliche Verletzung in Kauf nur um das *Wiederherstellen der verlorenen Ehre* zu gewährleisten (Sobiech & Marks, 2008, S.7).

Auch *Verleugnung* kann als Mittel zur Schamabwehr verwendet werden, was vor allem bei der Gruppenscham häufig vorkommt. Entweder einzelne Mitglieder versuchen sich von dieser zu entfernen und schieben ihre eigene Scham auf diese oder alle Anhänger beteiligen sich am Leugnen der Scham. Es geht dabei nicht nur darum sich von der schamauslösenden Situation zu entfernen, sondern die ganz Wahrnehmung wird abgestritten (Tisseron, 2000, S. 118-119).

Eine spezielle Form, mit Scham umzugehen, ist der *Humor*, denn im Unterschied zu den anderen Reaktionen verdrängt er das Schamgefühl nicht, sondern die schamerfüllte Person söhnt sich mit sich selbst aus. Voraussetzungen für das Gelingen sind einerseits ein gewisses Maß an Abstand und andererseits Sprachfähigkeiten und einen Gesprächspartner, da die Distanzierung durch die Sprache gelingt und der Humor durch diese ausgedrückt

wird. Das Sprechen über eine schamvolle Situation hat sowohl eine tragische als auch eine komische Komponente, die sich in unterschiedlicher Intensität zeigen (ebd. S. 122-123).

Im Umgang mit der Scham gibt es auch die Möglichkeit mit jemandem über das empfundene Gefühl zu sprechen, das heißt die *Scham zu artikulieren*. Problematischer Weise kann, wie schon am Beispiel der „empathischen Scham“ gezeigt wurde, Scham ansteckend sein und wenn die anvertraute Person nun dieselbe Scham empfindet, signalisiert sie damit unbewusst, dass sie zu Recht erlebt wird. Das Ziel dieser Reaktion liegt darin, jemanden zu finden, der die Scham annimmt, aber nicht empfindet (ebd. S. 123).

#### **4.4.5 Resignation und Aufgabe**

Schamgefühle, vor allem wenn sie dauerhaft oder sehr häufig sind, bergen die Gefahr der *Resignation*. Die betroffene Person fühlt sich nicht mehr in der Lage ihre Situation zu ändern oder einen Ausweg aus dieser zu finden, akzeptiert ihr Schicksal, ständig Scham ertragen zu müssen, und lernt damit zu leben. Diese Einstellung kann zur Folge haben, dass nichts mehr als wichtig erachtet wird, alles gleichgültig ist und man schließlich in Apathie verfällt. Im Anschluss daran kommt es zum Verlust der eigenen Identität und des Lebenssinns. Im Extremfall führt die Gleichgültigkeit zu selbstzerstörerischem Verhalten bis hin zum bewussten Suizid (Tisseron, 2000, S. 116).

Die Abwehr der Scham kann so langfristige Ausmaße erfahren, dass die eigenen Schamgefühle an die nächste Generation weitergegeben werden, was vor allem im erzieherischen Bereich der Fall ist, wenn die Kinder Opfer von Erniedrigung, Verachtung oder zynischem Verhalten sind (Marks, 2011, S. 100).

Im Rückblick auf die vorgestellten Abwehrreaktionen kann das Fazit gezogen werden, dass die Abwehr häufig in Teufelskreisen, wie bei Scham und Beschämung oder Scham und Sucht, die sich jeweils gegenseitig auslösen, oder in Sackgassen, nämlich im Extremfall Selbstmord, enden. Die verschiedenen Abwehrverhalten, wie Beschämen oder Verachtung, können das schmerzhafteste Gefühl zwar kurzfristig lindern, sind aber längerfristig häufig keine konstruktive Lösung. Die Schamgefühle werden nur vorübergehend umgelagert, da sie in der beschämten oder verachteten Person weiter bestehen. *„Mangelhaftes Selbstwertgefühl kann durch Schamabwehr nicht behoben werden. Hunger nach Liebe kann nicht wirklich dadurch gestillt werden, dass andere erniedrigt werden“* (ebd. S. 100).

## 5 Entwicklungspsychologische Aspekte der Scham

### 5.1 *Ontogenese der Scham*

Über die ontogenetische Entstehung der Scham bezüglich ihres ersten Auftretens finden sich in der Literatur mehrere Theorien, die sich teilweise auf unterschiedliche Aspekte beziehen. Die Meinungen reichen von „kurz nach der Geburt“, über die Entwicklungsphase, in der die Symbolisierungsfähigkeit noch nicht ganz oder gar nicht ausgebildet ist, bis zur Fähigkeit zu sprechen (Landweer, 1999, S. 86). Insgesamt können diese in fünf Kategorien eingeteilt werden:

- Vom 4. bis zum 8. Lebensmonat
- Um 18 Monate
- Um und nach 36 Monaten
- Um und nach 48 Monaten
- Um 9 Jahre

Mariauzouls (1996, S. 18-19) und Kalbe (2002, S. 16-17) fassen die Vertreter der jeweiligen Gruppen zusammen.

Die erste Theorie, die von den Autoren Tomkins (1963), Knapp (1967), Izard (1980) und Broucek (1982) vertreten wird, geht davon aus, dass es sich bei der Scham um einen Abkömmling der Angst oder der Fremdenangst handelt. Tomkins (1963, S. 141-142) macht besonders auf den Zeitpunkt, an dem das Kind das Gesicht der Mutter von dem einer fremden Person auseinander zuhalten beginnt, aufmerksam. Seiner Meinung nach geht aus der Erkenntnis der Verwechslung Scham hervor, allerdings gibt es für diese Annahme keine empirischen Beweise.

Die zweite Gruppe macht das Hervorgehen der Scham entweder von der Entstehung der eigenen Wahrnehmung und des Wissen um die eigene Person, also des Selbstkonzepts abhängig (Amsterdam & Lewitt, 1976; Scherer, 1979; Sroufe, 1979; Lichtenberg, 1983; Wurmser, 1995) oder dem erhaltenen Verständnis der Verbindung zwischen der Handlung und dem eigenen Ich als Verursacher, also dem Kontingenzverständnis, abhängig.

In den Bereich von 36 Monaten wird der Entstehungszeitpunkt der Scham entweder aufgrund von beobachtbaren kognitiven Reifungen, wie die Entwicklung der Sprache und

das Erfassen von sozialen Situationen, (Darwin, 1980; Dougall, 1920; Singer & Singer, 1969; Miller, 1986; Nathanson, 1987; Roos, 1988; Holodinski, 1992) oder der Motivationsentwicklung (Heckhausen & Roelofsen, 1962; Halisch & Halisch, 1980; Geppert & Gartmann, 1983; Lewis, Wolan-Sullivan, Stanger & Weiss, 1989) gesetzt. Die genannten Autoren beziehen sich vor allem auf den Aspekt der Scham, der durch eigenes Handeln, wie zum Beispiel das Verletzen von gegebenen Normen, Misserfolg bei gestellten Aufgaben oder das Nichterreichen von Zielen, ausgelöst wird.

Die vierte Theorie (Buss, 1980) geht davon aus, dass Scham erst nach dem 48. Lebensmonat entsteht. Bei dieser Annahme, die als Grund das *soziale* und *kognitive Selbst* nennt, das sich erst in diesem Zeitraum entwickelt, wird davon ausgegangen, dass bei jüngeren Kindern Scheu anstelle von Scham beobachtet wurde.

Die letzte Gruppe (Bischof, 1985; Duerr, 1990) bezieht sich auf die sexuelle Scham und setzt die ersten derartigen Empfindungen in den Bereich der Vorpubertät.

## **5.2 Höhepunkte im Schamerleben**

Natürlich empfinden Menschen Scham in unterschiedlicher Intensität und sind nicht in gleichem Maße anfällig gegen sie (Landweer, 1999, S. 85), doch verändert sich für alle die Stärke der Schamempfindung durch das Alter, das somit einen wichtigen Aspekt darstellt. Schon Aristoteles (322 v. Chr.) beschreibt in der „*Nikomachischen Ethik*“ die Unterschiede in der Schamempfänglichkeit und meint dazu: „*Dieser Affekt passt nicht für jedes Alter, sondern bloß für das jugendliche.*“ Den Grund dafür sieht er darin, dass die Scham junge Menschen vor Fehlern bewahrt, die sie auf Grund von Leidenschaft machen würden, älteren Menschen wegen des größeren Wissens aber nicht passieren. Dass Aristoteles mit der Behauptung, Erwachsene schämten sich nicht, falsch lag, braucht nicht näher erörtert werden, doch zeigt sich darin schon der richtige Gedanke, dass Scham nicht immer in gleicher Weise erlebt wird, denn sie entwickelt sich bei den meisten Kindern wellenförmig, indem sie manchmal stärker und manchmal schwächer erlebt wird (Baer & Frick-Baer, 2008a, S. 48). Zwei Lebensabschnitte, auf der einen Seite das *Kinder- und Jugendalter*, wobei der Höhepunkt fast immer in der Pubertät erreicht wird (ebd. S. 49) und auf der anderen Seite das *hohe Alter*, sind besonders von schamauslösenden Situationen betroffen. In diesen wird Scham in einer besonders hohen Intensität erlebt (Lietzmann, 2003, S.149). Hinsichtlich der Thematik der Arbeit wird Schamempfinden im Alter nicht näher behandelt, sondern der Schwerpunkt auf Kinder und Jugendliche gelegt.

Diese sind ab dem Zeitpunkt der sexuellen Reife, also dem Ende der Kindheit und Anfang der Adoleszenz, nicht nur mit schnellen körperlichen Veränderungen, sondern auch mit vielen psychologischen Vorgängen konfrontiert und „*alle vorher schon als zuverlässig empfundenen Werte der Gleichheit und Kontinuität*“ werden wieder angezweifelt und eigentlich schon beantwortete identitätsbetreffende Fragen müssen erneut überdacht werden. In diesem Stadium spielen Meinungen anderer eine wichtige Rolle, da die heranwachsenden Jugendlichen ein besonderes Interesse daran haben, wie sie von diesen im Vergleich zum Bild, das sie von sich selbst haben, gesehen werden (Erikson, 2005, S. 255). In diesem Zeitabschnitt, in der sich die Identität entwickelt und verändert, Jugendliche noch über keine sehr stabile Persönlichkeit verfügen und der mit vermehrten Identitätskrisen verbunden ist, kommt es häufiger zu schamauslösenden Situationen bzw. werden diese als solche empfunden. Die erhöhte Schamempfindlichkeit bezieht sich mehr oder weniger auf alle Aspekte und Formen der Scham. Hinsichtlich des Körpers geht es einerseits um die Veränderungsprozesse, mit denen man fertig werden und umzugehen lernen muss, und andererseits um die im Vergleich zu Erwachsenen noch nicht voll ausgeprägte Körperbeherrschung. Verlorene Körperkontrolle in Situationen, in denen man über diesen nach Anspruch der eigenen Persönlichkeit voll und ganz verfügen sollte, kann Scham auslösen. Generell führen unvollständig ausgebildete Kompetenzen, die aber schon als Teil der Identität angesehen werden, zu Scham. Zusätzlich zur Gegebenheit, dass sie sich selbst noch nicht ganz genau kennen, sehen sich Kinder und Jugendliche häufig mit Situationen und Umständen konfrontiert, die sie in dieser Art noch nicht erlebt haben und daher kein gespeichertes Verhaltensmodell vorhanden ist. Den richtigen Umgang mit diesen Gegebenheiten müssen sie erst herausfinden und da die Möglichkeit einer falschen und folglich schamauslösenden Reaktion nicht unwahrscheinlich ist, kommt es in dieser Lebensspanne öfter zu Schamgefühlen. Die Unsicherheiten beziehen sich allerdings nicht nur auf mangelnde Kompetenzen, fehlende Verhaltensmuster oder ein zu geringes Wissen über soziale Normen, sondern auch auf Gefühle, die sich vor allem in der Pubertät verstärken und teilweise überwältigend wirken, aber auch große Enttäuschungen hervorrufen können (Lietzmann, 2003, S. 149-150). Dem entsprechend weist Mariauzouls (1996, S. 21) darauf hin, dass in der Pubertät Erröten häufiger vorkommt, als in anderen Lebensabschnitten und wie schon erwähnt kann Rotwerden zu weiterer Scham führen.

## 6 Schamverwandte Emotionen

### 6.1 Die Schamfamilie: Verwandte Gefühlsphänomene

Nach Wurmser (1993, S. 75-76) gibt es zahlreiche affektive Zustände, die mit der Scham verwandt sind. Er zählt *Verlegenheit, Betretenheit, Schüchternheit, Demütigung, Minderwertigkeitsgefühle* und *niedere Selbstachtung, das Gefühl von Erniedrigung* und *narzisstische Kränkung* dazu und weist daraufhin, dass noch weitere Gefühlsregungen eine gewisse Verwandtschaft mit der Scham aufweisen. Trotz der Fülle an nahe stehenden Gefühlen, erscheinen nach eingängiger Literaturrecherche die Gruppen Schamhaftigkeit und Schüchternheit bzw. Verlegenheit und Peinlichkeit als die engsten und wichtigsten Affekte.

#### 6.1.1 Schamhaftigkeit, Schüchternheit und Scheu

Die Deutlichkeit des Zusammenhangs von Scham und Schüchternheit zeigt sich bei Darwin (1872; zit. n. Izard, 1994, S. 431), der diesen Phänomenen zwar gelegentlich einige Unterschiede einräumte, sie aber häufig als Synonyme verwendete. Schüchternheit ist laut Wurmser (1993, S.75-76) so wie Beschämtheit ein Charakterzug, der eine Schamhaltung ausdrückt und „*ein Vermeiden von Situationen und Handlungen, die Demütigung mit sich bringen könnten.*“ Schamhaftigkeit, die er als eine von drei Schamformen nennt, sieht er als eine „*allgemeine Haltung von Schüchternheit*“, sozusagen als einen übergeordneten Ausdruck. Auch Lietzmann (2003, S. 116-117) meint bei der Bezeichnung Schamhaftigkeit einen Überbegriff für Scheu und Schüchternheit. Außerdem zählt sie auch die Schamangst dazu, auf die aber erst später näher eingegangen wird. In der Gemeinsamkeit dieser „schamhaften“ Affekte liegt zugleich der wichtigste Unterschied zur Scham, denn diese Gefühle entstehen in einem Zeitabschnitt vor dem eigenen Schamerlebnis. Die Aufgabe dieser im „Vorfeld“ der Scham liegenden Charakterhaltungen besteht im Prinzip darin, die Person vor drohenden Scham- bzw. Identitätskrisen zu bewahren, indem „riskante“ Situationen von vornherein vermieden werden und man immer eher auf Rückzug bedacht ist. Ganz deutlich wird der Unterschied bei Pfau (1998, S. 10), laut dem Schamhaftigkeit die „*Entdeckung verhindert*“ und die „*Einzigartigkeit bewahrt*“, das Schamgefühl selbst sich auf das „*Entdeckt- und Erkannt- Werden*“ bezieht.

Bradshaw (1993, S. 27-28) verwendet den Begriff Scheu als Teil des „gesunden Schamgefühls“ und sieht in ihr „eine natürliche Grenze, die uns davor schützt, von einem Fremden bloßgestellt oder verletzt zu werden.“ Bei ihm scheint die Gefahr in fremden Personen zu liegen, in Gegenwart derer man durch die Scheu vorsichtig agiert, um den Wesenskern der eigenen Person vor Fremden zu schützen. Lewis (1995, S. 136-138) sieht Schüchternheit nicht unbedingt als Charaktereigenschaft, doch kann sie seiner Ansicht nach auch allein durch den Umstand, dass man gesehen und beobachtet wird, entstehen. Dabei muss die Beobachtung nicht im Zusammenhang mit den eigenen Normen oder Zielen stehen, da dem Gefühl die bewertende Komponente fehlt, und Schüchternheit kann einfach dann entstehen, wenn man sich in Gegenwart anderer sozialer Wesen nicht wohl fühlt.

Laut Lepine & Simon (1998, S. 48-49) kann Schüchternheit im Prinzip mit der „Überempfindlichkeit gegenüber der Meinung anderer“ gleichgesetzt werden und dieses Gefühl wird durch eine erhöhte Selbstbezogenheit noch gesteigert. Mit den „anderen“ Individuen scheinen gemäß Landweer (1999, S. 42-43) vor allem unbekannte und Respektspersonen gemeint sein, in deren Gegenwart es nicht möglich ist, in „normaler“ Art und Weise zu sprechen oder Handlungen zu vollziehen. Dabei wird das Risiko, mit einer Schamsituation konfrontiert zu sein, nicht eingegangen, da schon der Gedanke an ein mögliches Exponiertsein und dem damit verbundenen Schamgefühl in gewissem Maße Angst erzeugt.

In welcher Form Schamhaftigkeit, also Scheu, Schüchternheit oder Schamangst, entsteht, hängt mit der Stärke der enthaltenen Angstkomponente zusammen, wobei diese von Scheu über Schüchternheit zu Schamangst immer mehr zunimmt (Lietzmann, 2003, S. 119).

Sehr schüchterne Menschen, bei denen Schamhaftigkeit die Überhand hat, können Handlungen, die anderen völlig „normal“ vorkommen, nicht vollziehen (Landweer, 1999, S. 43) und stehen vor folgenden Problemen:

- Es treten negative Gefühle, wie Angst, Einsamkeit oder Depression auf.
- Sie können sich nicht an neue Situationen anpassen und haben Schwierigkeiten ihre Meinung zu äußern.
- Sie sind übermäßig zurückhaltend, projizieren ihr negatives Selbstbild und werden dadurch als unfreundlich, hochmutig und wenig liebenswürdig wahrgenommen.
- In Gegenwart anderer können sie sich kaum mitteilen.

- Sie leiden an erhöhter Selbstaufmerksamkeit.

### 6.1.2 Verlegenheit und Peinlichkeit

Peinlichkeit und Verlegenheit unterscheiden sich von Schüchternheit und Schamhaftigkeit dahingehend, dass sie nicht dauerhaft, sondern Reaktionen auf plötzliche, nicht vorhergesehene Situationen, wie tollpatschiges Verhalten, sind, und nicht mit Erwartungen verbunden sind (Amering & Griengl, 1998, S. 35). Laut Jacoby (1991, S. 125), der Scham mit Minderwertigkeitsgefühlen verbindet, kommt es zu Peinlichkeitsgefühlen bei „*Unkontrolliertheiten, die ‚jedem passieren könnten‘*“ und entstehen daher, dass „*Anteile der eigenen Person, ‚die niemanden was angehen‘, plötzlich ungewollt sichtbar werden.*“

Darüber, ob der Unterschied zwischen Verlegenheit, Peinlichkeit und Scham nur in der Intensität liegt, oder ob diese qualitativ verschiedenartige Phänomene sind, finden sich in der Literatur unterschiedliche Meinungen, wobei die Mehrheit davon ausgeht, dass Scham im Vergleich zu den anderen Gefühlen einfach intensiver erlebt wird.

Diese Ansicht vertreten unter anderen Wurmser (1993, S. 76), der Verlegenheit als „*eine milde Form der eigentlichen Scham*“, Betretenheit als eine stärkere Form beschreibt und Lewis (1995, S. 139), der zwischen Scham und Verlegenheit aufgrund der Identitätsstufe differenziert. Scham, die er eine „*intensive und unterbrechende Emotion*“ nennt, kann im Gegensatz zur schwächeren Verlegenheit zu Verlust der Denk- und Sprachfähigkeit führen. Auch im Ausdrucksverhalten weisen die Gefühle Gemeinsamkeiten auf und sind teilweise schwer voneinander abzugrenzen, stimmen aber nicht gänzlich überein. Verlegenheit wechselt beispielsweise immer wieder zwischen Annäherungs- und Vermeidungshaltung, wie zum Beispiel wiederholtes Hin- und Wegsehen, das mit einem Lächeln verbunden ist, zu dem es bei wirklichen Schamerlebnissen kaum kommt (Lewis, 1995, S. 139). Auch Landweer (1999, S. 43) folgt dem Unterscheidungskriterium der Intensität und sieht in der Verlegenheit das schwächste der drei Gefühle, das schon bloß dadurch entstehen kann, dass man die Aufmerksamkeit anderer erregt hat, auch wenn diese positiv ist. Lewis (1995, S. 139-140) spricht in diesem Zusammenhang von „*ichbewusster Verlegenheit*“, die durch Komplimente und Lob ausgelöst wird und auf keine Bewertung, sondern rein auf die Tatsache, exponiert zu sein, folgt.

Peinlichkeit dagegen wirkt stärker als Verlegenheit, aber noch immer deutlich schwächer als Scham, doch wird sie auch durch Missachtung eigener oder fremder Werte

hervorgerufen (Landweer, 1999, S. 43). Amering & Griengl (1998, S. 35) meinen dazu, dass beide Gefühle mit der Einschätzung fremder Beurteilung zusammenhängen, Scham allerdings auch allein und ganz persönlich erlebt werden kann, ohne dass andere Personen direkt involviert sind.

Neckel (1991, S.113.) verfolgt eine etwas differenzierte Meinung und sieht bei Scham, Peinlichkeit und Verlegenheit nicht nur quantitative sondern auch qualitative Unterschiede, da die Gefühle seiner Ansicht nach nicht aus demselben Grund entstehen. Scham zeigt den „*Zusammenbruch der Selbstidentifikation vor anderen*“ an, Peinlichkeit bezieht sich auf eine unabhängig des Grundes misslungene Darstellung der eigenen Person und Verlegenheit kann schon auftreten, wenn man im Mittelpunkt der Blicke steht, ohne dabei einen Makel aufzuweisen. Eine ähnliche Meinung vertritt auch Dreitzel (2001, S. 299), laut dem peinliche Situationen im Allgemeinen durch die Missachtung alltäglicher Interaktionsnormen entstehen, während Schamgefühle durch die Verletzung tief verwurzelter kultureller Normen im Bezug auf Körper und Sprachfähigkeit, wie beispielsweise Stottern, hervorgerufen werden. Aus diesem Grund ist die Scham im Gegensatz zur Peinlichkeit „*situationsübergreifend*“.

Tisseron (2000, S. 54) unterscheidet zwischen Scham und Verlegenheit einerseits gemäß der vorherrschenden Meinung durch die Intensität, doch erwähnt auch er eine weitere Differenzierungsmöglichkeit. In der Verlegenheit sieht er nicht nur das unangenehme Gefühl, sondern gleichzeitig auch das Mittel sich davon zu lösen. Den Unterschied beschreibt er wie folgt: „*Während es gegen Scham keine Abhilfe gibt (man kann diesen Affekt nur durchstehen und sich verbergen), zeigt die Verlegenheit bereits den Weg, wie man sich aus der peinlichen Situation befreien kann, d.h. Möglichkeiten, die eigene Identität wiederherzustellen.*“ Für Pernlochner-Kügler (2003, S. 37-38) sind Scham, Peinlichkeit und Verlegenheit drei unterschiedliche Gefühle und sie sieht in der Intensität nicht das vordringliche Unterscheidungsmerkmal, denn ihrer Meinung nach kann Peinlichkeit ebenso intensiv sein wie Scham. Weiters vertritt sie die Ansicht, dass Peinlichkeit und Verlegenheit ohne Scham auftreten können, diese aber nicht ohne die beiden anderen Empfindungen. Da der körperliche Ausdruck, wie wegschauen, den Blick des anderen nicht aushalten, usw. und teilweise das gefühlsmäßige Empfinden bei allen drei Gefühlen fast identisch sei, ist für sie eine Abgrenzung der Affekte nur durch einen Perspektivenwechsel zwischen Innen- und Außenperspektive, nämlich zwischen Person und Situation, möglich. Peinlichkeit ist dabei das Gefühl, das sich auf eine Situation, also die äußeren Umstände, bezieht, während Scham das Gefühl ist, das diejenige Person, die

die peinliche Situation verursacht hat, im Inneren empfindet. Beobachtende Personen können in bestimmten Situationen ebenfalls peinlich berührt sein, doch schämen sie sich nicht, daher handelt es sich bei Scham und Peinlichkeit um unterschiedliche Gefühle. Verlegenheit betrachtet Pernlochner-Kügler (S. 40) ebenfalls als ein eigenständiges Gefühl, das allein auftreten kann. Am ehesten kann man es ihrer Meinung nach damit vergleichen, wenn man sich unsicher fühlt und nicht weiß, wie man reagieren soll. Ein geeignetes Beispiel dafür ist ein zufälliges Treffen mit einer bekannten Person, mit der man nicht sonderlich viel zu tun und vor allem keine Gesprächsthemen hat. Zunächst kommt es zu Verlegenheit, die dann durch etwaige unpassende Handlungen zu Peinlichkeit werden kann.

Wurden gerade die Unterschiede der drei Affekte beschrieben, so folgen nun die Gemeinsamkeiten und Charakteristika ihres „Verwandtschaftsverhältnisses“. Laut Lietzmann (2003, S. 119-120) handelt es sich im Gegensatz zu Schamhaftigkeit und Schüchternheit bei Verlegenheit und Peinlichkeit genauso wie bei Scham nicht um eine generelle Grundeinstellung, sondern um vorübergehende Emotionen, die durch konkrete Situationen und Anlässen hervorgerufen werden. Die wichtigste Gemeinsamkeit liegt darin, dass allen drei Gefühlen eine Identitätskrise zugrunde liegt, die durch ein bestimmtes Ereignis ausgelöst wurde. Die Frage, welche Emotion empfunden wird, scheint mit dem betroffenen Teil der Identität zusammenhängen. *„Je zentralere Identitätsanteile tangiert werden, desto heftiger ist die Identitätskrise und desto weniger ist bloß Verlegenheit, desto wahrscheinlicher ist Scham die Folge“* (ebd. S. 120).

Resümierend scheinen die drei Gefühlsphänomene fließend in einander überzugehen und teilweise nur schwer voneinander abgrenzbar zu sein, weil sie oft als nur ein Gefühl oder Gefühlsgemisch wahrgenommen werden. In einer peinlichen Situation fühlen sich sowohl die sich schämende Person, die der Auslöser war, als auch die peinlich berührten immer auch verlegen (Pernlochner-Kügler, 2003, S.41). Laut vorwiegender Meinung sind Verlegenheits- und Peinlichkeitsgefühle meistens relativ harmlos, bewirken lediglich eine leichte Identitätsverwirrung und man kann sich wieder leicht von ihnen lösen. Außerdem haben sie nach Amering & Griengl (1998, S. 34) *„als spontane nicht-verbale Äußerungen als Folge unbeabsichtigter Fehlhandlungen [...] wichtige Funktionen in der Regelung von sozialen Kontakten im Alltagsleben.“* Dementsprechend scheint Peinlichkeit eine erwünschte soziale Reaktion, die teilweise auch mit Spaß assoziiert wird, zu sein und kann im Gegensatz zu unnahbarem Verhalten sympathisch wirken. Scham dagegen kann, wie

schon im Kapitel 4.4 besprochen wurde, langfristige und schwerwiegendere Folgen haben und wird auch nicht als harmlos bewertet (ebd. S. 34-35).

## **6.2 Benachbarte Gefühle**

Scham steht außer mit ihren „verwandten“ Gefühlen Schüchternheit, Schamhaftigkeit, Verlegenheit und Peinlichkeit noch mit anderen Emotionen in enger Verbindung und ist teilweise auch von diesen nur schwer abzugrenzen, denn „*auch die Übergänge von der Scham zu anderen Gefühlen vollziehen sich plötzlicher und stufenloser als Übergänge zwischen anderen Gefühlen, beispielsweise von Scham zu Angst, Ärger, Empörung oder Zorn*“ (Landweer, 1999, S. 43). Laut Tiedemann (2007, S. 16-17) ist die Scham eine sehr „*interaktive Emotion*“, da sie nur sehr kurz für sich allein aktiv ist, bevor sie andere Affekte auslöst. Seiner Meinung nach haben *Schuld, Angst, Stolz* und *Neid* einen besonders starken Zusammenhang. Weiters werden in der Literatur *Hybris* (Lewis, 1993, S. 16), *Sichgedemütigt-Fühlen* (Landweer, 1999, S. 44), Eifersucht, Geiz, Rache, Misstrauen, Falschheit, Eitelkeit, Eingebildetheit, Ehrgeiz, und Demut (Darwin, 1872, zit. n. Izard, 1994, S. 432) genannt. Lewis (1993, S. 16), der *Schuld, Stolz* und *Hybris* nennt, erklärt den Zusammenhang damit, dass diese Emotionen so wie Scham Selbstkenntnis voraussetzen. Landweer (1999, S. 42) sieht vor allem bei häufigen und wiederholten Schamerlebnissen eine Tendenz, dass sich Schamgefühle in andere Emotionen verwandeln und diese benachbarten Affekte dienen zum Einen selbst als Abwehrmechanismen, sind aber häufiger das Motiv für Abwehr und veranlassen Verdrängung, Verleugnung, usw. (Wurmser, 1993, S. 259).

Im Folgenden wird die Arbeit auf die Verbindungen und Unterschiedlichkeiten der verschiedenen Emotionen zur Scham eingehen. Im Hinblick auf die Hauptthematik wird ein besonderes Augenmerk auf den Zusammenhang Scham und Angst, der sich vor allem in der Schamangst zeigt, gelegt, wobei auch die anderen Affekte nicht außer Acht gelassen werden.

### **6.2.1 Scham und Angst**

Elias (1997, S. 409) sieht in Schamgefühlen generell eine Art von Angst, nämlich die „*vor sozialer Degradierung oder, allgemeiner gesagt, vor den Überlegenheitsgesten Anderer*“. Wurmser (1993, S. 25) beschreibt den Zusammenhang von Scham und Angst dahingehend,

dass die Angst einen der Hauptanteile der Scham, die sich sowohl in Stimmungen, als auch in Charakterhaltungen zeigt, darstellt. Laut Jacoby (Jacoby, 1991, S. 19) ist Scham, so wie Schuld ein spezifischer Aspekt der Angst, die er als einen Überbegriff einordnet. Angst weckt im Allgemeinen den Wunsch nach Flucht, die entweder buchstäblich und absolut, indem man wegrennt, partiell, durch Verstecken, oder metaphorisch, in Form von Vergessen und Verdrängung auftreten kann (Wurmser, 1993, S. 147). Schamgefühle, die bekannter Weise sehr schmerzhaft sein können, wollen bzw. können nicht ausgehalten werden und lösen denselben Rückzugsgedanken aus. So gesehen verfolgen Scham und Angst dasselbe Ziel, nämlich das Verschwinden (ebd.).

Bei der Verbindung von Scham und Angst, der Schamangst, geht es um die „*Angst, sich lächerlich zu machen, sich zu exponieren, [...] in beschämende Situationen zu geraten*“ (Jacoby, 1991, S. 19) und dieses Gefühl ist wohl jedem Menschen in irgendeiner Weise bekannt. Wie im Abschnitt „Schamhaftigkeit, Schüchternheit und Scheu“ bereits beschrieben, hängt die Schamangst mit Schamhaftigkeit zusammen, da sie im „Vorfeld“ des eigentlichen Schamgefühls empfunden wird und ist gewissermaßen die höchste Intensitätsstufe von dieser. Nach Krippner & Steiner (2006, S. 40) tritt auch die Schamangst in verschiedener Stärke auf, die vom Ausmaß und der Heftigkeit der Schamerfahrungen in der frühen Kindheit abhängig sind. In der leichtesten Form erscheint milde Schamangst, die man auch als Schüchternheit bezeichnen könnte, als eine Art Signalangst, die vor einer möglichen Zurückweisung warnt, am Ende der Skala tritt sie in extremster Form als Panik und Angst vor vernichtender traumatischer Scham, Liebesverlust und dem Verschwinden der eigenen Identität auf.

Neckel (2000, S. 94) verweist auf Sigmund Freud, laut dem Scham in sozialer Angst gründet, nämlich die Angst davor verlassen oder ausgestoßen zu werden. Resch (1998, S. 81) fasst einen ähnlichen Gedanken und sieht soziale Angst unlösbar mit der Scham verbunden. Bei dieser Angstform steht die betroffene Person keinem Objekt, wie beispielsweise Spinnen, sondern einem bewertenden Subjekt, vor dessen Urteil sie schaudert, da sie die Befürchtung hat, nicht gut genug zu sein, gegenüber. Minderwertigkeitsgefühl und Identitätsbedrohung sind wichtige Komponenten des Zusammenhangs von Scham und sozialer Angst, die durch die Sorge gekennzeichnet ist, für etwas oder jemanden nicht wert zu sein. Um nicht mit vermeintlicher Beschämung konfrontiert zu sein, wird der Kontakt mit anderen vermieden (ebd. S. 81-82). Die Angst tritt also immer dann auf, wenn Beschämungssituationen, zu denen es unter Umständen in Zukunft kommen könnte, in Gedanken vorweggenommen werden. Ein thematisch

passendes Beispiel ist die Prüfungsangst. In Prüfungssituationen kommt die Angst ins Spiel, man könnte als Versager dastehen und die eigenen Erwartungen, so wie die der Lehrperson, nicht erfüllen (Jacoby 1991, S. 20-21). „Bei der Schamangst geht es also immer um die Frage: Werde ich den an mich gestellten Erwartungen gewachsen sein und ‚Erfolg haben‘“ (ebd. S. 21). Schamangst endet oft in einem Teufelskreis: „Aus Angst vor Exponiertheit und Bloßstellung verhält man sich sehr schüchtern und ergreift keine Initiative. Da man dadurch nicht beachtet wird, schämt man sich, weil man zu schüchtern ist (ebd. S. 22).

### **6.2.2 Scham und Schuld**

Der enge Zusammenhang und die teilweise Überschneidung zwischen Scham und Schuld zeigen sich unter anderem schon daran, dass Hilgers (1996, S. 19) „*Scham, die sich auf schuldhaftes Verhalten bezieht*“ als eine mögliche Form des Schamgefühls aufzählt. Gefühle dieser Art sind von Schuldgefühlen kaum zu trennen. Für Scheler (1957, S. 81) ist Scham „*ein Schuldgefühl für das individuelle Selbst überhaupt.*“ Auch Pfau (1998, S. 17) vertritt eine ähnliche Meinung und stellt die Verbindung der beiden Emotionen darin fest, dass das Schamgefühl, das die Folge einer Verletzung der eigenen Norm darstellt, als Schuldgefühl im Bezug auf das eigene innere Wertesystem erlebt wird. Jacoby (1991, S. 17) beschreibt ihr Verhältnis wie folgt: „*Schamgefühle sind Signale, in denen sich Forderungen unseres Ichideals in kränkender Weise bemerkbar machen, während Schuldgefühle ‚Gewissensbisse‘ sind, also schmerzende Signale, die von unserem Gewissen, dem so genannten ‚Über-Ich, ausgehen.*“

Bei dem eben beschriebenen Zusammenhang deutet sich auch schon der wichtigste Unterschied an, denn Schamgefühle entstehen immer durch eine Verletzung des Selbst, während sich Schuldgefühle auf die Missachtung anderer beziehen (Hilgers, 1996, S. 14). Auch Schäfer & Thompson (2009, S. 19) bestätigen die Annahme, dass sich Scham immer auf die eigene Person richtet und Schuld durch die Verletzung anderer Menschen entsteht. Die Verschiedenheit der Emotionen wird auch durch ihre Funktionen deutlich. Scham hat eine Schutzfunktion für das eigene Selbstbild und folglich auch für das Vorzeigen der eigenen Person vor anderen, die Schuld schützt die anderen Personen (Landweer, 1999, S. 46). Laut Wurmser (1993, S. 150) hat Scham die Aufgabe eigene Schwäche und vorhandene Mängel zu verbergen und die Integrität des Selbstbildes zu wahren. Dagegen schränkt Schuld die eigene Stärke ein und schützt die Mitmenschen.

### **6.2.3 Scham und Stolz**

Zwar kann es kaum passieren, dass Gefühle des Stolzes mit denen der Scham verwechselt werden, doch stehen Scham und Stolz dennoch in einem engen Verhältnis. Beide Emotionen haben eine wesentliche Verknüpfung mit dem Gesichtssinn, aber die wichtigste Gemeinsamkeit liegt darin, dass sie auf das Selbstwertgefühl wirken und dieses sozusagen regulieren. In Schamsituationen fühlt man sich unsicher und das eigene Identitätskonzept gerät ins Wanken, während bei Stolz das reale Selbst mit dem Idealbild dessen im Gleichgewicht zu sein scheint. (Hilgers, 1996, S. 16). Wenn Stolz erlebt wird, liegt das am eigenen Handeln, mit dem man zufrieden ist und sich glücklich fühlt (Larsson, 2012, S. 152). Laut Hartmann (2006, S. 38), der die Scham vor sich selbst von der vor anderen unterscheidet, betrifft die erstere den Stolz allein, während sich die letztere eher auf das Ehrgefühl bezieht. Lammers (2007, S. 50) zählt Scham und Stolz so wie Schuld und Minderwertigkeitsgefühle zu den „*selbstbewertenden Emotionen*“, die in hohem Maße von der Fremdbewertung der Bezugspersonen abhängt. Kinder im Kindergarten- bzw. Vorschulalter erleben diese Emotionen nur in Interaktionen mit Erwachsenen, während Volksschulkinder diese Gefühle in entsprechenden Situationen auch alleine haben können, wenn sie etwas geschafft bzw. nicht geschafft haben. Obwohl die Affekte auch in Abwesenheit anderer Personen empfunden werden können, sind sie dennoch unlösbar mit sozialen Interaktionen verbunden. Wenn diese Interaktionen verinnerlicht sind, ist für die Entstehung dieser Gefühle kein anderer real anwesender Mensch mehr von Nöten (Hilgers, 1996, S. 192). Die gegensätzlichen Wirkungen bzw. Aufgaben von Scham und Stolz zeigen sich deutlich bei Kontaktaufnahmen und deren Regulation, denn sie sind dafür die wichtigsten Affekte. Auf der einen Seite führt Scham zum Bedürfnis sich zu verbergen, um nicht gesehen zu werden, auf der anderen ruft Stolz den Wunsch hervor sich zur Schau zu stellen und angesehen zu werden (ebd. S. 195).

### **6.2.4 Scham und Neid**

Neid hat schon daher eine Verbindung mit Scham, da er teilweise als Abwehrreaktion von dieser auftritt, doch kann das Gefühl auch vor bzw. neben der Scham entstehen. Denn Neid geht meistens, bewusst oder unbewusst, mit einem Gefühl belastender Ungleichheit einher, die von Scham begleitet wird (Wurmser, 1993, S. 308). Beide Emotionen setzen die eigene Person mit anderen in Relation und finden sich zum Teil unter der Bezeichnung „*Vergleichsaffekte*“ wieder (Tiedemann, 2002, S. 28).

Der Zusammenhang zeigt sich besonders im sogenannten Minderwertigkeitskomplex, bei dem die beiden Emotionen aufgrund ihres vergleichenden Charakters eine wichtige Rolle spielen. Wie der Name schon sagt, sieht man sich als minder an und hat im Vergleich zu anderen einen geringeren Wert, da man sich selbst als zu klein, zu dick, zu dumm, usw. sieht (Jacoby, 1991, S. 115). Hilgers (1999, S. 45) sieht in Minderwertigkeitsgefühlen ein „*Gefühlsgemisch*“ aus einem Unterlegenheitsgefühl, Neid und vor allem Unzufriedenheit, wie man von anderen gesehen wird. Man ist eifersüchtig auf all diejenigen, die es im Leben besser getroffen haben, doch besteht dabei dennoch immer der dringende Wunsch sich mit diesen zu vergleichen. Zu einer offenen Rivalität kommt es dabei aber kaum, da diese bei Menschen mit Minderwertigkeitsgefühlen sehr häufig mit zu starker Scham verknüpft ist, und sie ihre Emotionen deshalb verbergen. Um mit den eigenen Unzulänglichkeiten fertig zu werden, werden andere oft idealisiert und sozusagen nach außerhalb des Vergleichsfeldes emporgehoben, damit man sich mit ihnen, nun außer Reichweite, nicht mehr vergleichen muss und sie nur bewundern kann (Jacoby, 1991, S. 115-116).

### **6.2.5 Scham und Zorn**

Auch Zorn steht nicht nur aufgrund seiner Funktion als Abwehrreaktion mit Scham in Verbindung, denn das Aufeinanderfolgen der beiden Affekte kann auch in umgekehrter Weise geschehen. Die Polarität zeigt sich in der einen Richtung darin, dass man, bevor es zu schmerzhaften Schamgefühlen kommt, lieber mit Zorn reagiert. Dabei spielt es nicht unbedingt eine Rolle gegen wen sich dieser richtet (Hilgers, 1999, S. 44). Auch Wurmser (1993, S. 307) sieht im zornigen Auftreten gegen andere, eigentlich nicht involvierte Personen, ein häufiges gesellschaftliches Verhalten gegen die eigenen Schamgefühle.

In gegensätzlicher Form kann Scham auch vor Zorn schützen, wenn man den Zorn einer anderen Person abwehrt, indem man sich schämt. Dabei ist es nebensächlich, ob es sich dabei um tatsächliche Scham handelt oder diese nur in demonstrativer Weise gespielt wird. Eine Entschuldigung für ein Fehlverhalten zielt auf diesen Zusammenhang ab und auch dabei ist es oft gleichgültig, ob sie ernst gemeint ist oder nicht (Hilgers, 1999, S. 44).

Hilgers (S.44), der den beiden polaren Emotionen in Interaktionen eine besonders enge Nachbarschaft zusagt, beheimatet sie auch im moralischen Bereich und bezeichnet sie als moralische Gefühle. In Situationen, in denen es um Ethos und Gewissen geht, hängt die Reaktion – Scham oder Zorn – davon ab, ob man sich oder andere im Recht sieht.

### **6.2.6 Scham und „Sich-gedemütigt-Fühlen“**

Diese beiden Gefühle werden häufig miteinander verwechselt, obwohl sie trotz ihrer Ähnlichkeit lediglich miteinander verwandt sind. „Demütigung“ bedeutet vor allem eine andere Person zu erniedrigen, sie zu nicht gewollten Handlungen zu nötigen oder in missliche Situationen zu bringen. Die Gemeinsamkeiten liegen im Empfinden, denn sowohl bei Scham, als auch bei Demütigung, fühlt man sich bedrängt und sieht keinen Weg auszuweichen bzw. sich zu wehren. Doch wird man gedemütigt, beispielsweise durch die Einteilung in eine schlechtere Gruppe, als man sich einschätzt, so wird das schlechte Gefühl, anders als bei der Scham, nicht auf das eigene Handeln bezogen. Demütigung ist unabhängig von Normen und der Bewertung der eigenen Tätigkeiten und jede Person, der man sich ausliefert, kann diese bewirken. Natürlich kann es auch passieren, dass man sich dafür schämt, erniedrigt und schlecht behandelt zu werden, doch dann muss man sich in gewisser Weise, wenn auch noch so vage, dafür verantwortlich fühlen. (Landweer, 1999, S. 44-45).

## 7 Positive Aspekte von Scham

Der Untertitel „*The negative Affects*“ Tomkins Werks (1963), in dem er sich mit Scham beschäftigt, spiegelt die allgemeine Meinung über die Emotion wieder, denn der erste Blick auf diese suggeriert nur negative Folgen für den Menschen. Doch bei genauerer Betrachtung scheint Scham an sich nicht zwangsläufig etwas Schlechtes zu sein. Bradshaw (1993, S. 11-12) bezeichnet sie als normales Gefühl, das zum Menschen gehört und diesen erst menschlich macht. Er sieht die Emotion als Grundlage der Demut, die uns anzeigt, wenn wir Fehler machen und Hilfe benötigen. Auch laut Hilgers (1996, S. 15) hat Scham keineswegs nur negative oder pathologische Auswirkungen, obwohl natürlich Schamerlebnisse im Normalfall als negativ und schmerzhaft empfunden werden. So unangenehm das Erleben der Scham auch sein kann, liegt ihr dennoch ein positiver Wert zugrunde, der unter anderem die Funktion hat, den Menschen zu umhüllen und zu schützen (Scheler, 1957, S. 70). Durch die Störung der Selbstverständlichkeit der eigenen Selbstempfindung erzeugt die Scham, solange es sich nicht um traumatische Schamerlebnisse handelt, ein stärkeres Bewusstsein über die eigene Person, sowie über fremde. Ihre entwicklungspsychologische Funktion liegt also darin, den Menschen dabei zu unterstützen sich als einzigartiges Individuum wahrzunehmen und die eigene Persönlichkeit zu entfalten (Hilgers, 1996, S. 15). In geringen Mengen hat Scham also positive Funktionen und der pathologische Charakter mit den darauf folgenden negativen Wirkungen zeigt sich erst dann, wenn die Schamerlebnisse so häufig oder so stark sind, dass man durch sie keine brauchbaren Vorstellungen von sich selbst, von den Beziehungen zu anderen bzw. zur Umwelt allgemein entwickeln kann (ebd. S. 18).

Der Scham, die auch als „*Hüterin der Individualisierung einerseits und der sozialen Anpassung andererseits*“ (Jacoby, 1991, S. 48) bezeichnet wird, lassen sich unterschiedliche Funktionen zuschreiben. Sie sorgt dafür, sich an soziale Gegebenheiten und erwünschte gesellschaftliche Werte anzupassen, tritt als „*Verbündeter unserer Echtheit und tiefen Überzeugung*“ (ebd. S. 49) auf und schützt die persönlichen intimen Grenzen (Hilgers, 1996, S. 15). Man kann also zwischen einer *sozialen Anpassungsfunktion* und einer *persönlichen Schutzfunktion* unterscheiden, doch darf auch ihre *identitätsfördernde Funktion* nicht vernachlässigt werden

## ***7.1 Die soziale Anpassungsfunktion***

Im sozialen Kontext hat Scham eine Regulationsfunktion, die die Beziehung zwischen der einzelnen Person und der Gesellschaft lenkt. Leichte Beschämungen helfen bei der Vermittlung zahlreicher sozialer Regeln (Hilgers, 1996, S. 176). Dabei spielen verschiedene Zusammenhänge von Individuum und Gesellschaft, bei denen von der Scham natürlich je nach Situation unterschiedliche Aspekte zum Einsatz kommen, eine Rolle. Im Bezug auf das eigene Handeln in Gegenwart anderer muss das Verhältnis zwischen *Integrität*, das heißt das Gerechtworden der eigenen moralischen Ideale und Werte, und *Konformität*, was in etwa der Zugehörigkeit zu einer Gruppe oder Gemeinschaft und deren Erwartungen entspricht, geregelt werden (Marks, 2011, S. 160-161). Jacoby (1991, S. 50) spricht im Spannungsfeld, einzelne Person gegenüber Gruppe, von zwei verschiedenen beteiligten Schamformen und meint dazu folgendes: „*Die eine sichert normalerweise Zugehörigkeit zur Gesellschaft, die andere versucht, die individuelle Persönlichkeit vor dem Eindringen des Kollektivs zu bewahren.*“ Dieser Konflikt im Schamerleben kann sehr problematisch sein und viele Menschen müssen sich entweder für die persönlichen Werte oder für die der Gruppe entscheiden (Marks, 2011, S. 161)

Weiters regelt die Scham das Verhalten im Zusammenhang mit Schamgefühlen anderer Personen. Entweder man schämt sich für diese und distanziert sich, oder man empfindet Mitgefühl und stärkt die Verbindung (ebd. S. 160-161). Izard (1994, S. 447-448) erwähnt, dass sich durch eigene Scham, da diese oft durch Worte und Handlungen anderer ausgelöst wird, eine Sensibilität gegenüber den Empfindungen anderer Personen, vor allem derjenigen, mit denen man emotional eng verbunden ist, entwickelt. Dabei geht es nach Blankenburg (1997, S. 186) um „*das Wahren der Schutzbedürftigkeit*“ der Mitmenschen, denen man begegnet, wobei er speziell die körperliche Komponente meint. Scham hilft ein Gefühl zu bekommen, wie viel Entblößung man zulassen kann. Die Vermeidung von Schamerlebnissen kann dazu führen, dass man sich wohler fühlt, doch ist es auch wichtig sich mit diesen zu konfrontieren, denn die erfolgreiche Bewältigung derartiger Situationen kann neben positiven Effekten für die Persönlichkeitsentwicklung auch für eine gegenseitige Zuneigung förderlich sein (Izard, 1994, S. 448-449). Auch Hilgers (1996, S.166-167) schreibt der Scham eine wichtige Bedeutung für den Zusammenhalt und die Weiterentwicklung von kleinen und großen Gruppen zu, denn durch die Bewältigung von Scham kann sich eine spezielle Identität gegenüber anderen Gruppen entwickeln.

Eine weitere Regulierungsfunktion liegt darin, das richtige Verhältnis zu finden, inwieweit man sich vor anderen verbergen bzw. sich von ihnen abgrenzen oder sich zeigen will, um die eigene Privatsphäre zu bewahren. Die Frage, ob man sich zurückhalten und verstecken oder etwas für andere Sichtbare tun will, scheint in allen zwischenmenschlichen Situationen gestellt zu sein (Marks, 2011, S. 161-162). In diesem Zusammenhang hat die Scham neben Anpassungsfunktion auch eine zweite Funktion, und ist *als eine Art des Ehrgefühls, eine Art des sozialen und persönlichen Schutzes, [...] der sich gegen die Bloßstellung wendet, also gegen das sich Zeigen*“ (Wurmser, 1990, S. 73).

## **7.2 Die persönliche Schutzfunktion**

Scheler (1957, S. 80) beschreibt die Schutzfunktion der Scham sehr global, denn nach seiner Auffassung ist sie *„ein Schutzgefühl des Individuums und seines individuellen Wertes gegen die gesamte Sphäre des Allgemeinen...“* Im Spezielleren sorgt *„die Hüterin des Selbst und der Selbstgrenzen“* (Hilgers, 1996, S. 24) dafür, dass der persönliche Innenraum und das, was man für sich behalten will, vor anderen bewahrt werden (Jacoby, 1991, S. 47). Für Wurmser (1990, S. 74) ist sie *„eine unentbehrliche Wächterin der Privatheit und der Innerlichkeit, eine Wächterin, die den Kern unserer Persönlichkeit schützt.“* Indem Intimität und die eigenen emotionalen Bedürfnisse behütet werden, wird zugleich auch die psychische Gesundheit geschützt, die laut Hilgers (1997, S. 87) *„nicht zuletzt im Abwägen von Sich-Zeigen und Sich-Verbergen in angemessener Selbstenhüllung und Selbstverschlossenheit“* besteht. Gesundes Schamgefühl sorgt als Grenzwächter dafür, dass die menschlichen Grenzen überhaupt wahrgenommen werden und man sich als solcher wahrnimmt (Bradshaw, 1993, S. 21). Außerdem weist es den Menschen darauf hin, nicht ohne Hilfe bestehen zu können und liebevolle Beziehungen zu anderen Personen zu brauchen, da Scham auch als Grundbedürfnis nach Gemeinschaft auftreten kann (ebd. S. 28-29). Eine weitere Funktion, die auf den Schutz des Individuums abzielt, stellt die Scham in Form eines Warnsignals für die Persönlichkeit dar. Sie deutet dabei auf ein inneres Ungleichgewicht und indem sie darauf aufmerksam macht, schafft sie die Möglichkeit sich von diesem zu lösen. Die Formulierung: *„Das werde ich nicht machen, da müsste ich mich ja schämen“* zeigt, dass man sich zwar nicht immer von einem Schamkonflikt lösen kann, aber für den Ausgang der Situation selbst verantwortlich bleibt (Tisseron, 2000, S. 113).

In der Literatur finden sich noch weitere Bezeichnungen der Scham, wie „*innere Hülle*“ (Pfau, 1998, S. 26), die auf ihre Funktion als Aufpasserin hinweisen, doch darf ein Gedanke von Lietzmann (2003, S. 118-119), der im Kapitel 6.1.1 schon erwähnt wurde, nicht außer Acht gelassen werden. Ihrer Meinung nach treffen die eben beschriebenen Schutz- und Warnfunktionen eher auf die Schamhaftigkeit, die versucht Identitätskrisen im Vorhinein zu verhindern, als auf die Scham zu. Eine ähnliche Meinung vertritt auch Pfau (1998, S.10), der unter Schamhaftigkeit versteht, *sich zu schützen, sich zu verhüllen und [...]gleichsam eine Schutzfunktion vor Desintegration der Identität und der leiblichen Integrität*“ darstellt.

Kühn & Titze (1997, S. 190) sehen die ursprüngliche Bedeutung der Scham in der kindlichen Lebenswelt, indem sie das Selbstwertgefühl vor Beschädigungen schützt. In diesem Fall hat sie sowohl eine Schutzfunktion, als auch eine identitätsfördernde Funktion, da ein intaktes Selbstwertgefühl für eine gesunde Identität unerlässlich ist.

### **7.3 Die identitätsfördernde Funktion**

Übermäßig intensive oder häufige Schamerlebnisse führen zu Identitätskrisen und können zerstörerisch auf diese wirken, doch in kleinen Dosen hat sie eine „*identitäts- und entwicklungsfördernde Wirkung*“ und sorgt für Eigenständigkeit des Kindes, wenn es es schafft sich von den zeitweiligen Schamattacken der primären Bezugspersonen, die ohnehin nicht zu vermeiden sind, abzugrenzen (Hilgers, 1996, S. 18). Ebenso sieht IZARD (1994, S. 457) durch Scham bzw. deren Vermeidung eine verbesserte Entwicklung eines unabhängigen, autonomen und starken Selbst, da man durch Erinnerung an Schamerlebnisse motiviert sein kann, bestimmte Dinge zu verbessern bzw. nicht mehr zu tun. In diesem Sinn kann Scham leistungssteigernd wirken und ist in geringem Maße für die Persönlichkeitsentwicklung unabdingbar (Hilgers, 1996, S. 16 & 24). Auch im Bezug auf die persönliche Entwicklung hat die Scham als Wächterin der menschlichen Grenzen eine Funktion, da die Wahrnehmung der eigenen Schranken für eine bessere Orientierung sorgt, wodurch man die vorhandenen Energien ökonomischer nutzen kann. Durch ein gesundes Schamempfinden kann die Kraft gebündelt werden ohne undurchdacht verschwendet zu werden, da keine Zeit vergeudet wird, unrealistische Ziele zu verfolgen, die ohnehin unerreichbar sind (Bradshaw, 1993, S. 21-22).

Die Tatsache, dass Scham das Bewusstsein vom Selbst erhöht, was wiederum zu einem höheren Körperbewusstsein führt, kann weitere nützliche biologische, wie psychologische

Funktionen hervorrufen. Dabei kann es sich zum Beispiel um intensiviertere genauere Körperpflege und Hygiene handeln, die zum einen eine bessere Gesundheit und zum anderen durch das gepflegtere äußere Erscheinungsbild eine leichtere Sozialisation bewirkt (Izard, 1994, S. 448).

## **8 Soziale Differenzen und deren Auswirkungen**

Beim Auftreten bzw. dem Erleben der Scham haben persönliche Merkmale, die zum Teil mit sozialen gleichzusetzen sind, eine wichtige Bedeutung dafür, in welcher Intensität und Häufigkeit diese empfunden wird. Menschen mit bestimmten Charakteristika sind besonders schamanfällig, folglich sind manche Gruppen stärker von Schamgefühlen betroffen als andere. Die wesentlichsten Merkmale sind Geschlecht, sozialer Status und etwaige Stigmata. Auch der Einfluss des Alters, das allerdings schon im Kapitel über die entwicklungspsychologischen Grundlagen der Scham beschreiben wurde, würde in diese Reihe passen.

### ***8.1 Das Geschlecht***

Entscheidenden Einfluss auf die Ursachen für Schamgefühle und deren Intensität hat das Geschlecht, wobei hier mehr soziale Gründe als biologische Faktoren von Bedeutung zu sein scheinen, wie Lewis (1995, S. 289), der die Sozialisation als wahrscheinlichste Erklärung für die Unterschiede der Schamempfindung zwischen Mann und Frau sieht, erläutert. Auch Izard (1994, S. 452) schätzt die soziale Umwelt als wichtigste Quelle für das verschiedenartige Schamerlebnis, obgleich seiner Meinung nach auch geschlechtsbezogene Gene das tendenzielle Auftreten der Scham beeinflussen können.

Männer und Frauen unterscheiden sich einerseits hinsichtlich der schamauslösenden Anlässe, und andererseits im Bezug auf ihre Reaktionen, wie sie jeweils mit den Schamgefühlen umgehen. Bei Männern kann man zwischen zwei schamverursachenden Situationsklassen differenzieren. Bei der ersten geht es um ein Misslingen von Aufgaben, die als wichtig beurteilt werden. Das Versagen bei Handlungen, über die das eigene Selbst definiert wird, kann zu massiven Schamerlebnissen führen. Natürlich sind diese Aufgaben von Mensch zu Mensch individuell verschieden. Unter anderen zählen sportliche Fähigkeiten, schulische Leistungen sowie die berufliche Tätigkeit im Blick auf das Einkommen dazu. Die zweite schamauslösende Situationskategorie beinhaltet die sexuelle Potenz, die für Männer eine enorme Wichtigkeit hat. Auch hier kann man das Auftreten von Scham nicht an einer konkreten Situation festmachen, da die Situationen individuell unterschiedlich erlebt werden (Lewis, 1995, S. 288).

Auch Frauen empfinden Scham am ehesten in zwei verschiedenen Situationskategorien. Zum einen ist die körperliche Attraktivität Quelle für die Scham und zum anderen löst das Versagen in zwischenmenschlichen Beziehungen diese aus. Erstere Kategorie stellt für Frauen ein wichtiges Charakteristikum dar, bei dem es um das Aussehen und das Sich- Zeigen vor anderen geht. Gerade wenn es um Exponiertheit geht, erleben Mädchen signifikant mehr Verlegenheit als Buben, was schon ab dem Ende des zweiten Lebensjahrs sichtbar wird. Die zweite Kategorie umfasst die Beziehungen zu engen Bezugspersonen, wie Familie und Freunde und die damit zusammenhängenden Sorgen und Interessen. Scheitern zwischenmenschliche Beziehungen, so erleben Frauen im Vergleich zu Männern ein wesentlich höheres Maß an Schamgefühlen, da sie in diesem Bezug wesentlich sensibler sind und über mehr Einfühlungsvermögen verfügen. Häufig machen sie sich für das Misslingen verantwortlich und haben das Gefühl, generell schlecht zu sein (ebd. S. 289-291).

Auch im schulischen Bereich treten Unterschiede, die mit Scham in Verbindung stehen bzw. auf diese zurückzuführen sind, aufgrund des Geschlechts auf. So reagieren Mädchen bei Aufgaben eher mit Besorgnis um die Erfüllung des Leistungsziels, das heißt sie konzentrieren sich global auf sich selbst, während Buben zu einer spezifischen Ausrichtung neigen und mehr am Lernen interessiert zu sein scheinen. Das Versagen bei scheinbar leichten Aufgaben löst bei Mädchen dreimal häufiger Scham aus als bei Buben. Die Tatsache, dass Mädchen und Frauen einerseits global ausgerichtet sind, sich aber andererseits in zwischenmenschlichen Beziehungen in spezifischer Weise auf die Mitmenschen konzentrieren und einfühlsamer sind, weist darauf hin, dass sie im Allgemeinen anfälliger für Scham sind als Männer (ebd. S. 291).

Hilgers (1996, S. 198) sieht die Unterschiede vor allem im Umgang mit Schamgefühlen, was auch mit der Erziehung zusammenhängt, weil beispielsweise Schüchternheit oder unverschämtes Verhalten bei Mädchen und Buben unterschiedlich bewertet werden. Ein schüchterner Bub würde nicht dem gesellschaftlichen Männlichkeitsideal entsprechen, das Erfolgshunger, Durchsetzungsvermögen und Risikobereitschaft impliziert (Sobiech & Marks, 2008, S. 6). Besonders aggressive Schamabwehr ist daher eine typisch männliche Reaktion, weil sich derartiges Verhalten für Frauen nicht gehört. Diese neigen in gegensätzlicher Weise häufiger mit nach innen gekehrtem Abwehrverhalten, das teilweise in Depressionen übergeht. Generell können Kompensationsversuche eher Männern zugerechnet werden, da es diese als erstrebenswert empfinden, Scham überhaupt nicht zu

fühlen. Männer fühlen sich eher schuldig, wenn sie Scham empfinden und reagieren dann mit Zorn (Lewis, 1995, S. 286).

Körperscham ist keineswegs ein geschlechtsspezifisches Phänomen, es unterscheidet sich wiederum lediglich der Umgang damit. Frauen, die sich sehr für ihren Körper schämen, erkranken im extremsten Fall an Anorexie oder Bulimie, um ein vermeintlich besseres Aussehen zu erreichen, Männer versuchen zum Beispiel durch Bodybuilding, das zum Teil mit der Einnahme von Hormonen und Steroiden einhergeht, ihren Körper zu verschönern (ebd. S. 383-384).

Für die physischen Reaktionen, wie das besonders prägnante Erröten, konnte laut Mariauzouls (1996, S. 55), der sich auf die Experimentalstudien von Shearn, Bergmann, Hill, Abel & Hinds, 1990 und die Befragungsdaten von Shields, Mallory & Simon, 1990; Leary und Meadows, 1991 beruft, kein geschlechtsspezifischer Unterschied festgestellt werden.

## **8.2 Sozialer Status**

Auch der soziale Status, das heißt die Position in der sozialen Umwelt, steht mit Schamgefühlen in Verbindung und beeinflusst diese. In der heutigen Gesellschaft scheint es vier Kategorien zu geben, wodurch ein hoher Rang erworben werden kann: *Reichtum*, der sich in Geld, Kaufkraft und Besitz widerspiegelt, *Wissen*, das seinen Nachweis in Form von Zeugnissen oder Titeln erbringt, die *hierarchische Position*, die sich in der Rangordnung in Gruppen zeigt und die *soziale Position*, die sich als Zugehörigkeit niederschlägt (Neckel 2000, S. 101-102). Besonders wichtig erscheint dabei die Zugehörigkeit zu einer Gruppe bzw. der Gesellschaft im Allgemeinen, denn wenn man sich nirgends dazu gehörig fühlt, kann das zu einer längerfristigen „*Erschütterung des Selbst*“ führen (Resch, 1998, S. 86). Neckel (2000, S. 101) erklärt die Bedeutung der Zugehörigkeit damit, dass Scham immer einen Bezug auf das Selbstwertgefühl einer Person, das eng mit ihrer Wertschätzung durch die Mitmenschen verbunden ist, hat und das persönliche Schamempfinden somit den Rang in der sozialen Gesellschaft betrifft. Schamgefühle stellen also eine Verbindung von Individuum und sozialer Struktur dar. Besonders beschämend wirkt fehlende Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft einerseits, wenn man sich selbst dafür verantwortlich glaubt, ausgeschlossen zu sein und die Unterlegenheit als selbst verursacht ansieht und andererseits durch die Häufigkeit mit der man der Gruppe, der man angehören möchte, begegnet (Landweer 1999 S. 90).

Die Gefahr nicht wertgeschätzt zu werden und als „defizitär“ (Neckel, 1991, S. 217) abgestempelt zu werden, besteht auch im Umfeld Schule. So können sich Schüler/innen aus ärmeren Familien beispielsweise davon betroffen fühlen, nicht die neuesten und teuersten Markenkleider zu tragen, denn Arme genießen teilweise einen schlechten Ruf und schämen sich für ihre Lage. Das Schamempfinden betrifft dabei nicht unbedingt diejenigen, die von extremer Armut betroffen sind, da sie ja keinen Ruf zu verlieren haben, sondern eher die untere Mittelschicht, wie Salentin (2002, S. 71-72) vermutet. Natürlich gibt es in Schulklassen gewisse Rangordnungen, die für die Rangniedereren beschämend wirken können, wenn sie zum Beispiel jedes Mal zum Schluss gewählt werden (Sobiech & Marks, 2008, S. 6).

### **8.3 Auffällige körperliche und charakterliche Merkmale – Stigmata**

Neben Geschlecht und sozialem Status können auch so genannte Stigmata Einfluss auf das Schamerleben nehmen. Ursprünglich war der Begriff Stigma, der von den Griechen erschaffen wurde, ein „*Verweis auf körperliche Zeichen, die dazu bestimmt waren, etwas Ungewöhnliches oder Schlechtes über den moralischen Zustand des Zeichenträgers zu offenbaren*“ (Goffman, 1975, S. 9). Heutzutage kann darunter ein auffälliges und teilweise negativ behaftetes Merkmal verstanden werden. Goffman (ebd. S. 10-13) beschreibt Stigmata auch als Fehler, Unzulänglichkeiten oder Handicaps und Eigenschaften im Allgemeinen, durch die man sich in unerwünschter Weise von anderen unterscheidet. Durch diese Verschiedenheit werden die Betroffenen „*von einer ganzen und gewöhnlichen Person zu einer befleckten, beeinträchtigten herabgemindert*“ (ebd. S. 10-11). Seiner Ansicht nach kann zwischen drei Typen von Stigmata differenziert werden. Der erste bezieht sich auf abstoßende körperliche Merkmale, der zweite richtet sich auf den Charakter und dessen individuellen Fehlern und der letzte hat mit der Zugehörigkeit zu einer bestimmten Rasse, Nation oder Religion zu tun.

Körperliche Auffälligkeiten, wie sichtbare Hautkrankheiten oder andere physische Abnormitäten, können Scham und Beschämungen verursachen (Marks, 2011, S. 18), wobei es eine bedeutende Rolle spielt, ob die Mängel angeboren oder erst später, beispielsweise durch einen Unfall, erworben wurden. Simmel (1995, S. 144) weist darauf hin, dass nur Körperfehler, die man schon von Geburt an hat, Scham auslösen, da diese dem eigenen Ich zugeordnet werden und so Teil der Identität sind. Die Stigmata, die durch

Unglücksfälle entstehen, werden als zufällige Geschehnisse betrachtet und sind kein Gegenstand der Scham.

Als charakterbezogene Stigmata werden unter anderem Geisteskrankheit, Sucht und Alkoholismus, Homosexualität oder Arbeitslosigkeit angesehen, die aus scheinbarer Willensschwäche, krankhaften Leidenschaften oder starrköpfigen Meinungen entstehen (Goffmann, 1975, S. 11-12).

Die Lage der stigmatisierten Personen, egal von welchem Typ sie betroffen sind, liegt darin, dass die Gesellschaft ihnen mitteilt, sie seien anders und könnten ihre Abweichungen nicht abstreiten (ebd. S. 153-154) und obwohl sie leicht in die Gemeinschaft aufgenommen werden könnten, geschieht dies auf Grund der unerwünschten Merkmale nicht (ebd. S. 13). Für stigmatisierte Personen, die schon durch die Krankheiten oder Handicaps an sich Leid erfahren, wird ihr Elend durch die Schamgefühle, die durch das Verhalten der Mitmenschen entstehen häufig noch intensiviert (Marks, 2011, S. 19). Laut Lietzmann (2003, S. 158) hängt die Stärke des Schamempfindens damit zusammen, in wie weit das stigmatisierte Merkmal der eigenen Identität zugerechnet wird, denn je mehr man es zum eigenen Ich zählt, desto größer ist die Identitätskrise. Weiters erwähnt sie, dass Scham sowohl beim Zusammentreffen mit „normalen“ Personen, als auch mit denjenigen, die ein ähnliches Schicksal ertragen müssen, entsteht. Bei der Begegnung mit Menschen ohne Stigmata erkennt man die eigene Abweichung von der Norm, während in Gegenwart anderer Stigmatisierter man sich zwar zugehörig fühlt, doch aufgrund der gesellschaftlichen Normen dennoch Ablehnung gegenüber den anderen empfindet. Durch dieses Abstoßen der eigenen Gruppe werden Schamgefühle ausgelöst.

## 9 Scham als Machtinstrument

### 9.1 Beschämung als Sanktion

„Beschämungen haben eine Funktion, sie sind der Stoff, aus dem Macht und Status gemacht werden“ (Marks, 2011, S. 128-129). Bei Scham und Beschämung geht es laut Neckel (1991, S. 21) um eine Ungleichheit, die durch Machtausübung in Form von Beschämung reproduziert wird. Den Vorgang der Beschämung, der zu Machtgewinn führt beschreibt er wie folgt: „Ein Individuum zur Scham zu veranlassen, heißt, Macht auf es auszuüben.“ Diejenige Person, die eine andere beschämen konnte, geht mit mehr Macht aus der Interaktion hervor, während die beschämte eine niedrigere Position einnimmt als davor, das heißt die innere Machtverteilung ändert sich nach beschämenden Situationen (ebd. S. 100 & 141). Für Elias (1997, S. 408-409) spiegelt sich die Macht in den „Überlegenheitsgesten“ der anderen, deren Achtung oder Liebe man fürchtet zu verlieren, wider. Die Wirkung, aus der Macht gewonnen wird, liegt dabei nicht in dem Maße in der Scham selbst, als sie viel mehr aus der Schamvermeidung resultiert (Landweer, 1999, S. 215).

In dem Sinne, dass Scham als ein machtvoll Instrument gesehen werden kann, besteht natürlich auch die Möglichkeit den Affekt als Sanktion einzusetzen. Ein Gefühl, wie die Scham, kann aber nur dann sanktionierend eingesetzt werden, wenn es sich auf eine Norm bezieht, die von der Person, der die Beschämung gilt, anerkannt wird. Normverletzungen scheinen generell besonders über Gefühle sanktioniert zu werden, wie Landweer (S. 201) erwähnt. Neben Scham kann unter anderem auch mit Zorn, Ärger oder Peinlichkeit, die, wie schon erwähnt, eine enge Verbindung zur Scham haben, auf Normübertretungen reagiert werden, je nach Grad der Normverletzung, der eigenen Betroffenheit und dem eigenen Schamempfinden. Bei der Beschämung als Machtinstrument geht es, wie bei anderen Machtprozessen, meistens nicht in erster Linie darum einer Person zu schaden und diese zu entwürdigen, sondern um die Sanktion einer begangenen Tat. Das heißt die Person steht nicht im Vordergrund der Aktion, da das vorwiegende Ziel ist, ein Verhalten, ein Vorhaben zu erreichen oder einen Widerstand zu bewältigen. Wenn dabei die Person durch die Beschämung Schaden nimmt, ist das ein nicht unbedingt gewollter Nebeneffekt (ebd. S. 201). Jedenfalls handelt es sich dabei laut Chu & Heras (1994, S. 90) um eine der effektivsten Methoden andere Menschen zu beeinflussen bzw. zu kontrollieren, wenn

Eigenschaften oder Verhaltensweisen, die Andere als wichtig empfinden und zu ihrer Identität hinzuzählen, mit Scham besetzt werden.

Dreitzel (1983, S. 167-168) sieht zunächst den Vorgang der Beschämung durch die sich immer verändernden gesellschaftlichen Rahmbedingungen keineswegs starr und seiner Meinung nach müssen die Beschämungen, um wirklich zu wirken, auf die Intimsphäre oder besonders eklatante Inkompetenz abzielen. Wenn sie treffen, definiert er sie in drastischer Weise als „*schlimme und gefährliche Verletzungen der selbstverständlichen sozialen Ordnung*“. Für ihn handelt es sich dabei nicht um unabsichtliche Ausrutscher, sondern er bezeichnet Beschämungen selbst als eine Missachtung einer sozialen Norm, nämlich der, dass es sich nicht gehört Mitmenschen bloßzustellen.

Dass Beschämungen keineswegs immer harmlos sind, zeigt sich auch bei Marks (2011, S. 126-128), der diese zum Begriff „Mobbing“ zählt. Opfer von Mobbing empfinden häufig Schamgefühle, eben weil sie gemobbt wurden, vor allem wenn eine Einzelperson und nicht eine Gruppe dafür verantwortlich war, was den Zusammenhang zwischen Scham und Mobbing bekräftigt (Teuschel, 2010, S.60). Etwa durch Witze über das Privatleben werden Personen lächerlich gemacht und dabei ihr Ansehen vermindert. Die Funktion von Beschämungen liegt darin, den eigenen Status zu erhöhen und im Prinzip über die anderen zu herrschen. Sich über die Schwächen anderer lustig zu machen ist besonders bei Buben und Männern, die über dieses Verhalten eine Hierarchie schaffen bzw. diese festigen, häufig der Fall (Marks, 2011, S. 126-128).

Bei gezielten Beschämungen werden Personen Normen vorgehalten, die sie zwar anerkennen, aber nicht erfüllen, und diese sind vor allem in einer „*Herrschaftsbeziehung*“, die mit der Beziehung zwischen Schülern und Schülerinnen und Lehrpersonen vergleichbar ist, besonders intensiv (Landweer, 1991, S. 213). In derartigen Beziehungen, in denen eine bzw. mehrere Personen stärker bzw. in einer höheren Positionen sind, können Beschämungen längerfristige Folgen haben, wenn sich die Scham verselbstständigt sie einen zu ersticken droht (Baer & Frick-Baer, 2008a, S. 26-27).

## ***9.2 Scham und Beschämung in der Pädagogik und Erziehung***

In der Pädagogik wird das Phänomen der Scham kaum thematisiert, obwohl beschämende Situationen in Erziehungszusammenhängen häufig beobachtbar sind. Den Grund dafür sehen Schäfer und Thompson (2009, S. 25-26) darin, dass die Pädagogik die

Selbstbestimmung, das heißt unabhängiges Handeln, als ein Ziel hat. Die Kinder und Jugendlichen sollen im Laufe des Erwachsenwerdens lernen, selbstverantwortlich zu handeln und von sich aus zu ihren Lebensumständen und Positionen in der Gesellschaft Stellung zu beziehen. Die Scham hat dabei keinen Platz, da die Angst vor ihr als ein Mittel der sozialen Regulation angesehen werden kann, und bestimmte Verhaltensweisen hervorruft. Da direkte Beeinflussungen in eine bestimmte gesellschaftliche oder politische Richtung in der Pädagogik unerwünscht sind, ist keine bewusst inszenierte Beschämung zu legitimieren. Schamgefühle können für die Pädagogen zwar teilweise positive Wirkungen haben, wenn sie vor bestimmten Verhaltensweisen und Ausdrücken, die zu Beschämung führen, warnen, damit die Schüler und Schülerinnen von diesen ablassen, doch werden dabei lediglich die eigenen Normen weitergegeben und die Kinder handeln dadurch fremdbestimmt. Diese ablehnende Haltung gegenüber Scham und Beschämung als Erziehungsmittel herrscht spätestens seit Beginn des 20. Jahrhunderts, wenn man von einem kurzen, neuerlichen Aufkommen in den 1930er Jahren absieht. Denn man kam zur Einsicht, dass Beschämung zwar ein sehr machtvolleres Mittel ist, um gewünschte Normen in einer Gruppe durchzusetzen, doch gleichzeitig die Gefahr besteht dem Selbstwertgefühl und folglich der Identität der beschämten Person dauerhaft zu schaden. Davor allerdings, also vom Mittelalter bis ins 19. Jahrhundert, finden sich zahlreiche Beispiele, wie Scham und Beschämungen eingesetzt wurden, um bestimmte Erziehungsziele zu erreichen und ein bestimmtes Wertesystem zu gewährleisten (Wettlaufer, 2008, S. 237). Derartige Erziehungsmethoden beschreibt Katharina Rutschky (1977) mit dem Begriff „*schwarze Pädagogik*“. Bei ihrem Werk, das den eben genannten Titel hat, handelt es sich um eine Sammlung pädagogischer Schriften aus den letzten Jahrhunderten. In diesen Texten finden sich erzieherische Anweisungen, die zum Ziel haben den Widerstand der Kinder zu brechen und damit die Erziehungsziele zu erreichen. Diese bössartige Art der Pädagogik, die „*physische Folter*“ und „*seelische Grausamkeiten*“ zur Anwendung bringt, hat heute zwar keinen offiziellen Platz mehr und man findet sie in der Literatur auch nicht, doch scheint sie keineswegs verschwunden zu sein (Sesink, 2001, S. 67). Beim Blick auf die mittelalterliche Erziehung stößt man auf die Strafe der Eselsmaske, die eindeutig das Ziel der Beschämung hatte. Die Strafe bestand darin, den Schüler oder die Schülerinnen zum Gespött der Mitschüler und Mitschülerinnen zu machen, indem sie einen Eselskopf oder eine Eselsmaske aufsetzen mussten, da der Esel als dumm galt. Auch in der Neuzeit bis ins 19. Jahrhundert wurde diese beschämende Strafe noch angewendet, um besseres Verhalten zu erreichen bzw. davor abzuschrecken sich schlecht zu verhalten oder den geforderten

Unterrichtsstoff nicht zu beherrschen. Ab der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts, etwa ab dem Zeitpunkt als die Schamstrafen aus dem Strafrecht gestrichen wurden, ging die Beschämung auch in der Pädagogik zurück (Wettlaufer, 2008, S.240-243). Doch wie bereits erwähnt, ist Scham und Beschämung in der Pädagogik und Erziehung nur scheinbar verschwunden.

## 10 Scham im Sportunterricht

Bevor im Speziellen auf das Vorkommen von Scham im Sportunterricht eingegangen werden kann, erscheint es wichtig zunächst die besondere Stellung des Faches „Bewegung und Sport“ im Vergleich zu den anderen Unterrichtsgegenständen zu erläutern.

### 10.1 Die Sonderstellung des Sportunterrichts

Wenn man beim Sportunterricht von einem andersartigen Fach (Kurz, 2010, S. 48) spricht, ist das keineswegs ungewöhnlich, denn ohne Zweifel unterscheidet sich dieser von anderen Gegenständen in vielerlei Hinsicht. Am auffälligsten ist mit Sicherheit die Tatsache, dass in keinem anderen Fach die körperliche Betätigung und vor allem das praktische Können im Mittelpunkt des Unterrichtsgeschehens stehen (Kurz, 2010, S. 49).

Eine Untersuchung von Miethling & Krieger (2004) über die Erlebnisse von Schülern und Schülerinnen im Sportunterricht, deren Ergebnisse Bräutigam (2011, S. 80-82) zusammenfasst, liefert einige Aspekte, die die Sonderstellung des Faches „Bewegung und Sport“ verdeutlichen.

- *Die körperliche Exponiertheit:* Im Sportunterricht kommt es ständig zu Situationen, in denen sich Schüler und Schülerinnen vor anderen, sei es die Lehrperson oder die Mitschüler und Mitschülerinnen, bewegen und so ihre Körper allen sichtbar zeigen und präsentieren. „*Wie auf einer Bühne werden die Körper vorgeführt*“ (Klinge, 2009, S. 299). Für manche kann dies verunsichernd und manchmal sogar bedrohlich wirken.
- *Die doppelte (psychophysische) Verletzbarkeit:* Im Sportunterricht kann es beispielsweise bei Aufgaben mit einem hohen Schwierigkeitsgrad dazu kommen, dass sich Jugendliche sowohl im Bezug auf ihren Körper, als auch auf ihre Psyche bedroht fühlen.
- *Die Gruppenbeziehungen: Wir/Ich und die anderen:* Im Sportunterricht werden sehr häufig Teams und unterschiedlich große Gruppen gebildet. Bei der Einteilung spielen Freundschaften, Antipathien und die unterschiedliche Leistungsstärke eine wichtige Rolle und die interaktiven Prozesse können zu Spannungen führen und Konflikte provozieren.

- *Die Verständigung: Der Wunsch nach Freiräumen und Mitbestimmung:* Mehr als in den anderen Fächern wünschen sich die Schüler und Schülerinnen an der Gestaltung des Unterrichts teilzuhaben und ihre Ideen einzubringen. Da sich Ideen der Lehrperson und deren Planungsvorgaben häufig nicht mit den Wünschen der Jugendlichen decken, kann es zu Konflikten kommen und es können auch Spannungen unter den Schülern und Schülerinnen entstehen.
- *Das Lehrereengagement:* Im Sportunterricht wird das Engagement der Lehrpersonen von den Schülern und Schülerinnen genau registriert und kann, wenn es bei ihnen ankommt, sehr motivierend sein, aber in gegensätzlicher Weise auch demotivierend wirken, wenn es nicht vorhanden ist.
- *Die Leistungsansprüche: Zwischen Lust und Frust:* Große Unterschiede unter den Kindern und Jugendlichen hinsichtlich der Sportlichkeit führen dazu, dass sich die sportlichen unterfordert und die weniger guten überfordert fühlen und beide Gruppen keinen Grund sehen sich besonders anzustrengen.
- *Das Erleben von Ungerechtigkeit:* Im Sportunterricht finden sich eine Menge Situationen, in denen sich die Jugendlichen ungerecht behandelt oder beurteilt fühlen. Dabei wird aber nicht nur eine falsche Behandlung der eigenen Person, sondern auch die der betroffenen Mitschüler und Mitschülerinnen wahrgenommen. Wenn die Lehrperson für die Ungerechtigkeit verantwortlich gemacht wird, sind die Enttäuschungen am größten.

Ein weiterer Aspekt, der den Sportunterricht von anderen Fächern unterscheidet, sind die körperlichen Berührungen. Körperkontakt ist Teil jeder Sportstunde, auch wenn darüber nie explizit gesprochen wird (Weigelt, 2008, S. 17). Berührungen können dabei einerseits zwischen den Schülern und Schülerinnen untereinander sein oder zwischen den Jugendlichen und der Lehrperson. Hinsichtlich der Absicht kann zwischen versehentlichem und nicht gewolltem Körperkontakt, der teilweise unvermeidlich ist, und beabsichtigten Berührungen unterschieden werden. Zu bewusstem Körperkontakt kommt es unter anderem beim Sichern oder bei körperbetonten Rangelspielen. Unbeabsichtigte Berührungen sind zwar im Sportunterricht die Regel, doch können sie, wenn sie zwischen Schülern und Schülerinnen, die einander nicht mögen, auftreten, zu abwertendem Verhalten, negativen Äußerungen, Aggression oder in manchen Fällen zu Ekel führen (Krieger, 2011, S. 314-315).

Auch bei der Leistungsbeurteilung zeigt sich deutlich die Verschiedenheit des Sportunterrichts zu den anderen Fächern. Natürlich spielen die körperlichen Voraussetzungen eine wesentliche Rolle, doch liegt der größte Unterschied darin, dass sehr viele sportbezogene Fähigkeiten und Fertigkeiten, die für die Leistungsbeurteilung ausschlaggebend sind, außerhalb des Unterrichts erworben werden. Das Sporttreiben im Verein oder mit den Eltern ist meistens die Basis für Leistungen im Fach „Bewegung und Sport“. Zwar kann Wissen, das nicht in der Schule vermittelt wurde, auch in anderen Fächern bei der Beurteilung eine Rolle spielen, doch in keinem Gegenstand ist das so häufig und wahrscheinlich wie im Sportunterricht (Kurz, 2010, S. 50).

## ***10.2 Scham und Beschämung im Sportunterricht***

Aufgrund der eben beschriebenen Sonderstellung treten im Sportunterricht vermehrt Situationen auf, die Scham auslösen können. Besonders ausschlaggebend für die Entstehung von Schamgefühlen scheint die Körperlichkeit des Faches zu sein, denn diese *„liefert angesichts der enormen Bedeutung des Körpers als Maßstab sozialer Anerkennung einen spezifischen Anlass persönlicher Scham“* (Klinge, 2009, S. 297). Den Grund dafür sieht Vollmuth (2008, S. 26-27) darin, dass man den Körper im Sportunterricht ebenso wenig wie Leistungsunterschiede im Bereich der Koordination und Kondition, verbergen kann. Werden diese Differenzen von Mitschülern und Mitschülerinnen oder auch von der Lehrperson angesprochen, kann das als Beschämung wahrgenommen werden. Die Demütigung, dass körperliche Mängel oder nicht vorhandene Fähigkeiten und Fertigkeiten vor allen thematisiert werden oder die Bloßstellung, wenn der Körper, der von der Idealnorm abweicht, oder das persönliche Versagen bei einer Aufgabe zur Schau gestellt werden, kann dazu führen, dass der Sportunterricht emotional abgelehnt wird. Die Zurschaustellung des Nicht-Könnens ist laut Zimmer (2008, S. 20) auch bei Sportspielen ein Problem, weshalb diese immer mit Scham in Verbindung stehen und leicht Bloßstellung zur Folge haben. Auch laut Sobiech (2008, S.12) werden im Sportunterricht die verschiedenen Eigenschaften der Schüler und Schülerinnen, sei es dass sie zu klein, zu unsportlich oder nicht stark genug sind, besonders sichtbar. Häufig passiert dadurch eine Ausgrenzung der leistungsschwächeren Kinder und Jugendlichen oder derjenigen, die anders aussehen oder einfach nicht dem herrschenden Idealbild entsprechen. Sie weist auch daraufhin, dass sich Lehrpersonen teilweise ebenso an Beschämungen und Abwertungen beteiligen und nicht nur die Mitschüler und Mitschülerinnen dafür verantwortlich sind.

Klinge (2009, S. 298) ist der Meinung, dass Beschämung, Missachtung und Ausgrenzung besonders durch einen beschränkten Blick auf die Möglichkeiten, mit Körper und Bewegung umzugehen, entstehen. Dem Selbstverständnis des Sportunterrichts liegen gemäß den gesellschaftlichen Standards bestimmte Körperbilder zugrunde, die vorschreiben, wie der Körper sein soll und welche Voraussetzungen er erfüllen muss. Durch diese eingegrenzte Sicht auf bloß einen Ausschnitt des Körpers, erleben diejenigen, die als unsportlich bezeichnet werden, besonders häufig Scham, da sie ihre mangelnden körperlichen Voraussetzungen als persönliches Versagen empfinden.

Weiters kann auch Körperkontakt für Schamgefühle sorgen. Vor allem in der Pubertät werden Berührungen problematischer, da sie nicht mehr unbefangen erlebt werden und dadurch Schamgefühle entstehen können. Dabei können die Schamempfindungen sowohl bei Körperkontakt in gleichgeschlechtlichen Interaktionen, also auch bei Berührungen zwischen Buben und Mädchen ausgelöst werden (Weigelt, 2008, S. 15).

Im Sportunterricht arbeitet die Lehrkraft meistens mit einer heterogenen Klasse zusammen und die großen Unterschiede der sportlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten stellt sie vor einige Probleme, da sie nicht allen Wünschen gerecht werden und nicht alle in gleicher Weise fordern kann. Gerade bei den weniger sportlichen Kindern und Jugendlichen ist die Gefahr groß, sie vor für sie unlösbare Aufgaben zu stellen sie damit zu überfordern. Laut Auras (2008, S. 10) birgt Überforderung ein hohes Risiko Beschämungen auszulösen, weshalb es wichtig ist die Schüler und Schülerinnen vor für sie geeignete Aufgaben und Herausforderungen zu stellen.

Wie weiter oben bereits erwähnt, werden im Sportunterricht öfters Gruppen und Teams gewählt und gebildet. Vor allem wenn für die Einteilung der Mannschaften das Verfahren des Wählens, bei dem das Leistungsvermögen und das Können der Schüler und Schülerinnen sehr im Vordergrund steht, verwendet wird, sind Schamgefühle bei den schwächeren Sportlern und Sportlerinnen vorprogrammiert. Diese bleiben in den meisten Fällen bis ganz zum Schluss über und werden jedes Mal von Neuem vor der ganzen Klasse bloßgestellt und erniedrigt und ihnen wird vermittelt, dass sie eigentlich keiner braucht. Daher ist nach aus pädagogischer Sicht von diesem Verfahren abzusehen (Achtergarde, 2007, S. 372). Laut Vollmuth (2008, S. 27) wird das „Nicht-gewählt-Werden“ als soziale Abstufung empfunden.

Spezifischere Situationen in denen Scham, Beschämung und die damit verbundenen Gefühle im Sportunterricht auftreten, werden in der später folgenden Auswertung der

Leitfadeninterviews, die mit 15-16 jährigen Schülern und Schülerinnen geführt wurden, beschrieben.

## 11 Zur Forschungsmethode

Wie bereits in der Einleitung angekündigt, ist das Ziel der Arbeit das Auftreten von Scham und Beschämung im Sportunterricht zu untersuchen.

Folgende Forschungsfragen wurden vor den Interviews gestellt:

- Wann und unter welchen Aspekten tritt Scham im Sportunterricht auf?
- Welche Bedeutung hat das Geschlecht dabei?
- Welche Rolle spielt die Lehrperson?

Als Forschungsmethode wurde das Leitfadeninterview gewählt, das Hussy, Schreier & Echterhoff (2009, S. 216) wie folgt beschreiben:

*„Das Leitfadeninterview ist ein halbstandardisiertes Interview. Das bedeutet, dass die Reihenfolge der Fragen dem Gesprächsverlauf angepasst wird und die Fragen in Anlehnung an die Begrifflichkeit der Teilnehmenden formuliert werden. Der Leitfaden dient bei der Gesprächsführung lediglich als Anhaltspunkt.“*

Im Allgemeinen unterscheidet man beim Leitfadeninterview drei Arten von Fragen.

- *Einleitende Fragen*, durch die die interviewte Person mit der Interviewsituation und dem Aufnahmegerät vertraut werden soll und die beiden Gesprächspartner sich aneinander gewöhnen.
- *Leitfadenfragen*, die im eigentlichen Sinn das Interview ausmachen.
- *Ad-hoc-Fragen*, die jederzeit die Möglichkeit bieten bei Unklarheiten nachzufragen bzw. wichtige Aspekte zu vertiefen (Hussy, Schreier & Echterhoff, 2009, S. 216-217).

Der Leitfaden bietet eine wichtige Hilfe zur Strukturierung des Interviews, doch ermöglicht er vor allem, dass die Interviewten *„offen und in eigenen Worten“* über die Thematik sprechen können. Weiters können neue Aspekte und Gesichtspunkte des

besprochenen Themas von den Befragten eingebracht werden, die davor noch nicht in Betracht gezogen wurden (Kleemann, Krähnke & Matuschek, 2009, S. 208).

Das Leitfadenterview macht außerdem die Vergleichbarkeit der Interviews untereinander möglich, wodurch man bei der Auswertung zwischen den einzelnen Antworten der Befragten Parallelen ziehen kann.

### ***11.1 Der Interviewleitfaden***

Das Interview beginnt mit einleitenden Fragen über das Alter und den Schulzweig, damit die Schüler und Schülerinnen zu den ersten Fragen ohne Probleme antworten können. Danach wird ein bisschen über ihre Meinung und ihren Zugang zu Sport gesprochen um dann zum Sportunterricht überzuleiten. Im Anschluss daran werden die Begriffe Scham und Beschämung bzw. Peinlichkeit und Verlegenheit geklärt. Dann folgen Fragen zu Schamsituationen, die Jugendliche bei anderen beobachtet oder selbst erlebt haben. Hierbei werden, sofern sie nicht von Schülern selbst angesprochen werden, spezielle Situationen, wie das Vorzeigen von Übungen oder das Verhalten in der Garderobe, angesprochen. Ein weiterer Fragenkomplex behandelt die Lehrperson. Zum Abschluss können die Befragten noch weitere Gedanken, die nicht angesprochen wurden, zum Ausdruck bringen und werden nach ihrer persönlichen Definition von Scham gefragt.

Der vollständige Leitfaden ist im Anhang zu finden.

### ***11.2 Die Befragten***

Bei den Gesprächspartnern und Gesprächspartnerinnen handelt es sich um Schüler und Schülerinnen im Alter von fünfzehn und sechzehn Jahren, das heißt sie besuchen die fünfte oder sechste Klasse in einem Gymnasium bzw. die erste oder zweite Klasse einer berufsbildenden höheren Schule.

Die Überlegungen bei der Auswahl dieser Altersgruppe lagen darin, das fünfzehn-, sechzehnjährige Jugendliche schon einige Jahre Sportunterricht hinter sich haben, an diesem aber noch immer teilnehmen und dadurch auch unmittelbare Vergleichsmöglichkeiten haben. Außerdem sind sie schon in einem Alter, in dem sie sich besser ausdrücken können als Unterstufenschüler und die Wahrscheinlichkeit, dass sie es

schaffen ihre Gedanken und Gefühle in Worte zu fassen ist dadurch höher, wodurch aussagekräftigere Ergebnisse zu erwarten sind.

Bei der Suche nach Interviewpartnern und Interviewpartnerinnen hielt ich mich zunächst an meinen Bekanntenkreis, da ich durch meine Tätigkeiten als Jungscharleiter und Tennislehrer viele Jugendliche persönlich kenne. Der Plan war, im Bezug auf die Sportlichkeit und den Spaß an Sport generell möglichst unterschiedliche Personen zu befragen. Sportliche Jugendliche zu finden war wesentlich einfacher, da ich einerseits mehr kenne und andererseits diese auch weniger Probleme damit hatten sich interviewen zu lassen. Als ich niemanden mehr aus meiner Bekanntschaft fand, der mir passend erschien, halfen mir zwei Interviewpartner dabei, noch Jugendliche zu finden, die sich befragen ließen. Daher besteht die Stichprobe zum einen Teil aus Jugendlichen, die ich schon länger kannte und zum anderen aus Schülern und Schülerinnen, die mir vorher noch nicht bekannt waren.

Damit im Kapitel „Auswertung der Interviews“ die Aussagen der Gesprächspartner und Gesprächspartnerinnen gut nachzuvollziehen sind, werden an dieser Stelle die Jugendlichen und der Gesprächsverlauf des Interviews kurz beschrieben.

### **11.2.1 Interview mit Schüler A**

Schüler A ist 16 Jahre alt, kommt aus Wien und geht auf eine weiterbildende höhere Schule. Davor hat er ein Gymnasium besucht. Früher hatte der Sport keine große Rolle gespielt, obwohl einige Sportarten, wie Fußball oder Tennis ausprobiert hat. Heute ist ihm Sport etwas wichtiger und er geht ca. dreimal in der Woche ins Fitnesscenter, auch wenn er selbst das nicht als richtigen Sport bezeichnet. Im Vergleich zu anderen beschreibt er sich als durchschnittlich sportlich.

Im Bezug auf Scham und Beschämung konnte er von keiner unangenehmen Situation erzählen, die er selbst erlebt hat, sondern nur von Mitschülern berichten.

Mir persönlich ist Schüler A zwar schon recht lange durch unserer beider Mitgliedschaft im Tennisverein bekannt, dennoch habe ich aber nie wirklich viel mit ihm zu tun gehabt oder mit ihm gesprochen.

Für das Interview kam er nach der Schule zu mir nach Hause, wo wir in meinem Zimmer das Interview führten. Bevor wir damit begannen, erklärte ich ihm kurz worum es im

Großen und Ganzen geht, dass er mir bei meiner Arbeit hilft, es keine richtigen oder falschen Antworten gibt und er wegen des Aufnahmegerätes nicht nervös sein muss.

Da er von keiner unangenehmen Situation aus dem Sportunterricht für sich selbst zu berichten wusste, fragte ich bei diesem Interview auch nach anderen Unterrichtsfächern.

Seine persönliche Definition von Scham lautet:

Naja, wenn einem gewisse Handlungen oder Merkmale oder Aspekte jetzt peinlich sind oder man halt nicht möchte, dass andere direkt eben das sehen oder mitbekommen, oder so. Zum Beispiel wenn man sich jetzt irgendwie Mayonnaise auf dem Leiberl oder so, dann macht man halt die Jacke zu oder so was oder wenn man jetzt stärker ist, zieht man halt jetzt nicht irgendwie engere Sachen an, sondern eher lockere Kleidung, dass das jetzt nicht so auffällt. (Schüler A)

### **11.2.2 Interview mit Schülerin B**

Schülerin B ist Wienerin, 16 Jahre alt und besucht ein Gymnasium mit dem Schwerpunkt Latein. Den Sportunterricht in der Schule sieht sie als eine Stunde zum Entspannen. Sie selbst schätzt sich zwar schon als sportlich ein, erwähnt aber, dass es definitiv sportlichere Jugendliche gibt. In der Freizeit betreibt sie im Moment keinen Sport im Verein, sondern geht manchmal laufen oder trifft sich mit Freunden und Freundinnen zum Volleyball oder Fußball spielen. Außerdem macht sie Sport auch aus gesundheitlichen Gründen, *„aber genau nur so viel und es muss nicht unbedingt mehr sein.“* (Schülerin B) Früher besuchte sie vier Jahre lang einen Judoverein, doch aus zeitlichen Gründen hörte sie damit auf.

Auch Schülerin B kenne ich schon ziemlich lange, da ich durch meine Tätigkeit als Jungcharleiter mit ihr auf einigen Lagern war.

Für das Interview kam sie ebenfalls zum mir nach Hause, wo ich ihr eine Jause anbot und wir zunächst ein bisschen belanglos über die Schule und anderes plauderten. Das eigentliche Interview fand in meinem Zimmer statt, wobei auch sie darauf hinwies, dass alles was sie mir erzählt für mich hilfreich ist und sie das Aufnahmegerät am besten nicht beachten soll und wir uns einfach ein wenig unterhalten. Schülerin B wirkte keineswegs gehemmt und erzählte von unangenehmen Situationen die ihr selbst widerfahren sind.

Auch sie versuchte sich am Ende des Gesprächs an ihrer eigenen Definition von Scham:

Also wenn meine eigene Unzulänglichkeit und meine eigene Unfähigkeit, dazu führt, dass ich in Gesellschaft von anderen Leuten etwas nicht zustande bring.  
(Schülerin B)

### **11.2.3 Interview mit Schülerin C**

Schülerin C ist ebenfalls 16 Jahre alt und geht in ein sprachliches Gymnasium, in dem sie seit der ersten Klasse Russisch lernt. Sie spielt seit fast 4 Jahren einmal in der Woche Tennis und geht ganz selten Joggen. Früher war sie in einem Taekwondokurs und machte Jazzdance. In der Selbsteinschätzung sieht sie sich als eher nicht sportlich, obwohl ihr zum Beispiel das Tennisspielen Spaß macht.

Schülerin C habe ich vor ca. drei Jahren auf einem Tenniscamp, auf dem ich jedes Jahr arbeite, kennen gelernt und mittlerweile nimmt sie bei mir Tennisunterricht. Unser Verhältnis würde ich als freundschaftlich bezeichnen.

Das Interview fand ebenfalls in meinem Zimmer statt und die obligatorischen Hinweise, dass alles was sie mir erzählt gut ist und sie sich vom Aufnahmegerät verunsichern lassen soll, fehlten natürlich auch nicht. Schülerin C wirkte zu Beginn ein bisschen nervös, doch wurde das mit der Zeit besser. Auf jeden Fall machte es für mich den Eindruck, dass sie ehrlich war. Sie lieferte ebenfalls einen Definitionsversuch:

Scham ist gleich (überlegt einige Zeit) wenn einem was unangenehm ist oder eine Person unangenehm ist und (überlegt wieder) und man es quasi hinter sich bringen muss. Oder es ist auch im Fernsehen, wenn du dich fremd-schämst, wo du dir denkst: „bitte jetzt werd endlich fertig“ oder so, wenn du quasi diese Qual, sehr abgeschwächt jetzt, durchstehst. Irgendwie so was. (Schülerin C)

### **11.2.4 Interview mit Schülerin D**

Schülerin D ist 15 Jahre alt und geht seit diesem Schuljahr in eine Kindergartenschule. Sport betreibt sie ausschließlich in der Schule, besuchte aber früher einen Turnverein, den sie „cool“ fand, später aber nicht mehr hinging, weil ihr dreimal in der Woche zu viel war und es dann keinen Spaß mehr machte. Sie selbst schätzt sich als nicht wirklich sportlich ein, wobei sie auch anmerkt, dass ihr Sport im Allgemeinen nicht besonders viel Spaß macht.

Schülerin D kenne ich von den Interviewten Jugendlichen wahrscheinlich am besten, da sie einige Jahre in meine Jungschargruppe ging, wir uns dabei einmal in der Woche gesehen haben und auch unsere Eltern befreundet sind. Dementsprechend war sie sehr offen, auch wenn ich gemerkt habe, dass es ihr nicht ganz leicht fiel über dieses Thema zu sprechen.

Für das Interview fuhr ich zu ihr nach Hause, wo wir uns an den Couchtisch setzten und zuerst ein bisschen plauderten, bevor wir wirklich begannen. Dass sie in Schamsituationen war, zeigt auch ihre eigene Definition:

Scham ist, wenn das Gefühl so groß is, dass man am liebsten den Boden aufschneiden will, um drinnen zu versinken. (Schülerin D)

### **11.2.5 Interview mit Schüler E**

Schüler E ist 16 Jahre alt und besucht den Realzweig eines Wiener Gymnasiums. Für ihn hat Sport eine ziemlich wichtige Bedeutung. Er spielt Fußball im Verein, wo er zwei bis dreimal in der Woche Training und einmal Match hat. Vor allem im Winter, wenn kein Training ist, geht er manchmal laufen und in die Kraftkammer. Im Sommer macht er also vier bis fünfmal die Woche Sport und manchmal sogar jeden Tag. Früher war er auch im Tennisverein. Wirklich regelmäßig macht er Sport seit dem Gymnasium.

Ich persönlich kenne Schüler E einerseits aus dem Tennisverein, andererseits aus der Jungschlar und zusätzlich aus dem Freundeskreis meiner Schwester. Er war auch schon mit meiner Fußballmannschaft auf Trainingslager mit, ich verstehe mich sehr gut mit ihm und würde ihn als einen Freund bezeichnen.

Das Interview fand wieder in meinem Zimmer statt. Er hatte ein bisschen Angst davor, falsche Antworten zu geben, doch nachdem in ihn darauf aufmerksam gemacht hab, dass er nichts Falsches sagen könne, verlief das Gespräch ganz locker.

Obwohl er zu den sportlicheren Schülern seiner Klasse zählt, konnte er von unangenehmen Situationen erzählen. Sein Definitionsversuch lautet wie folgt:

Meine Definition von Scham. Ja wenn man sich irgendwie bei etwas schwer tut und es einem unangenehm ist, das zu machen, weil vielleicht dann auch mehr zuschaun, oder was. Und sich vor den anderen, weil die anderen das besser können, dass es dir dann peinlich ist, dass die dir da zuschaun und dus nicht kannst und ja.

(Schüler E)

### **11.2.6 Interview mit Schüler F**

Schüler F ist 16 Jahre alt, geht in Wiener Realgymnasium und macht in der Freizeit keinen Sport. Früher hat er schon Sport gemacht, obwohl es ihm eigentlich nie wirklich Spaß gemacht hat. Mit elf oder zwölf Jahren besuchte er einen Basketballverein, aber nur wegen seinen Eltern, die wollten, dass er sich sportlich betätigt. Sich selbst schätzt er als eher unsportlich ein.

Ich kannte Schüler F vor dem Interview überhaupt nicht. Den Kontakt habe ich von Schüler E, der mit ihm befreundet ist. Vor dem Interview haben wir zweimal kurz telefoniert und uns einen Termin ausgemacht. Ich habe ihn mit dem Auto abgeholt und während wir zu mir nach Hause gefahren sind, haben wir unter anderem darüber gesprochen, worum es in der Arbeit geht und was ihn erwartet. Das Interview selbst fand wiederum in meinem Zimmer statt. Das Gespräch verlief sehr locker und erzählte mir bereitwillig von seinen Erfahrungen. Zwar meinte er, dass nicht oft das Gefühl von Scham empfindet, konnte aber dennoch einiges schildern. Auch er formulierte seine eigene Schamdefinition:

Scham ist, wenn man sich vor anderen Leuten bloßgestellt fühlt, wegen Taten, die man zuvor begangen hat. (Schüler F)

### **11.2.7 Interview mit Schüler G**

Schüler G ist 15 Jahre alt, geht in ein Wiener Realgymnasium und hat sehr viel Spaß an Sport. Im Alter von elf bis vierzehn hat er leistungsmäßig Boden- und Geräteturnen betrieben, was er aus Zeitgründen und wegen der Teamkonstellation aufgeben hat. Jetzt geht er privat öfters Klettern und wenn es schön ist Radfahren. Er selbst meint, dass er schon sportlich ist, weil er auch viel Sport betreibt.

Auch Schüler G war mir vor dem Interview nicht bekannt. Den Kontakt hat meine Tante hergestellt, da er der Sohn einer ihrer Freundinnen ist. Telefonischen haben wir uns einen Termin ausgemacht und ich holte ihn ebenfalls mit dem Auto ab. Wiederum erklärte ich die Situation im Auto und zu Hause in meinem Zimmer fand das Gespräch statt. Er war sehr gesprächig und obwohl er zuerst gemeint hat, dass er sich eigentlich nicht schämt, schilderte er eine Situation, in der Schamgefühle bei ihm aufgetreten waren. Über Scham sagt er folgendes:

Scham für mich ist, wenn ich, wenn es für mich absolut eine unangenehme Situation ist, wo ich dann auch irgendwie so schnell wie möglich rauskommen will... (Schüler G)

### ***11.3 Persönliche Reflexion der Interviews***

Im Großen und Ganzen bin ich recht zufrieden mit der Durchführung der Interviews. Die Gespräche verliefen, so wie erhofft, ziemlich locker und mir ist es gelungen, dass sich die Schüler und Schülerinnen großteils nicht unwohl fühlten und doch einiges von sich preisgaben. Von Vorteil war sicherlich, dass ich die meisten von den Interviewten schon vorher persönlich kannte. Aber auch den neuen Bekanntschaften schien es nicht unangenehm zu sein und ich hatte den Eindruck, dass wir uns gut verstanden.

Obwohl die Befragungen großteils so verliefen, wie ich sie mir vorgestellt habe, gibt es dennoch einiges zu bemängeln. Trotz Probeinterviews passierte es mir, dass ich manchmal den Leitfaden aus den Augen verlor und manche Fragen nicht gestellt wurden. Es war gar nicht so leicht die Fragen an den Gesprächsverlauf anzupassen und das Gespräch so flüssig wie möglich zu gestalten. Bei der Transkription ist mir einige Male der Gedanke gekommen, dass ich an manchen Stellen noch genauer nachfragen bzw. noch eine andere Frage stellen hätte müssen.

Doch das, was mir am wichtigsten erschien, nämlich, dass die Jugendlichen das Gefühl hatten einfach nur mit mir zu plaudern und mir halt ein bisschen vom Sportunterricht erzählen, ist, denke ich, ganz gut gelungen.

## 12 Auswertung der Interviews

Für das Vergleichen von Interviews eignet sich besonders die Inhaltsanalyse (Hussy, Schreier & Echterhoff, 2009, S. 245), weshalb sich die Auswertung an diese Methode halten wird.

Bei diesem Verfahren werden für bestimmte Aussagen von den Schülern und Schülerinnen, verschiedene Kategorien erstellt, denen eine möglichst aussagekräftige Bezeichnung gegeben wird. Alle weiteren Statements, die in die Kategorien passen, werden diesen zugeordnet. Das Endergebnis ist eine Sammlung verschiedener Themenkategorien, denen dazugehörige Stellen zugewiesen werden (Berger, 2010, S. 142).

### *12.1 Das Können und der Körper im Vergleich mit Anderen*

Wie schon im theoretischen Teil erwähnt, spielen der Aspekt Körper und das damit verbundene Können im Sportunterricht eine besonders wichtige Rolle. In diesem Zusammenhang tritt Scham vor allem dann auf, wenn die eigenen Leistungen und die eigenen körperlichen Merkmale mit anderen verglichen werden. Die Interviews bestätigen diese These und die Gesprächspartner und Gesprächspartnerinnen erzählen von speziellen Situationen, in denen aufgrund mangelnder Leistungsfähigkeit oder wegen des Körpers Scham empfunden wurde.

Schülerin B berichtet beispielsweise von einer unangenehmen Situation beim Reckturnen:

Also mir liegt das Reck nicht besonders und das macht man eh nicht wirklich oft nur irgendwie, also wenn dann das Reck drankommt im Lehrplan irgendwann in der dritten Klasse oder so, dann erwarten die Lehrer, dass man das schon kann oder zumindest unsere Lehrerin hat das erwartet, nur wir hams davor noch nie gemacht und einige konnten es auch schon, die dürften das schon früher gemacht haben, nur ich hab mich halt noch nie mim Reck beschäftigt und da konnte ich das nicht. Und das war halt so, dass immer einer zum Reck gehen musste und die Übung machen musste und das ist mir halt nicht gelungen, auch beim dritten Mal nicht und das war eher unangenehm. (Schülerin B)

Auf die Frage, ob sie in dieser Situation auch Scham empfunden hat, antwortet sie:

Ja schon, weil es gab eben schon einige dies konnten und es war auch nicht so eine schwere Übung, nur es ist mir einfach nicht gelungen und das war auch komisch vor den Freunden in der Situation (Schülerin B)

Generell beschreibt sie unlösbare Aufgaben im Sport als unangenehm:

Prinzipiell ist es eine unangenehme Situation, wenn man mit einem Problem konfrontiert ist, dass man nicht bewältigen kann oder mit etwas, was man nicht so gut kann eben. Vor allem im Sport, weil da schon eben Leistungen erwartet werden. Und vor allem eben bei Geräteturnen, das liegt mir halt nicht so, ich bin eher Bodenturnen und Ballspielen. Und ja wenn man an seine Grenzen kommt, ist es natürlich immer schön zu sehen, was man kann und was man nicht kann und es ist auch schön, wenn man etwas Neues schafft, wenn man ganz genau weiß, dass man etwas nicht kann und es trotzdem machen muss, das find ich eher unangenehm. (Schülerin B)

Auch Schüler F erzählt von einer beschämenden Situation aus dem Bereich des Boden- und Geräteturnens:

Also jetzt wo du erwähnt hast, ich kann das Rad nicht bis zum heutigen Tag und ich konnte es nie. Und mein Lehrer wollte halt unbedingt, dass ich es mache und ich wusste nicht einmal wie das, also wo ich meine Hand hintun soll und so weiter und er hat gesagt: „machs einfach!“ und das war halt so, alle sind auf einer Bank gesessen und da waren die Matten in einer Reihe und ich sollte ein Rad machen und ich wusste nicht wie das geht und hab mich einfach auf den Boden geworfen. Das war peinlich. Also irgendwie das Rad hasse ich. (Schüler F)

Schülerin C schildert eine ähnliche Szene:

Es war irgendwie so am Ende des Schuljahres, in der dritten glaub ich war das, wo wir vorzeigen mussten, wie wir Räder oder so was können. Und ich habs nicht gekonnt, also nicht gscheit. Und das war mir unangenehm. Also wo ich dann gesehn hab, die das locker gemacht haben und ich halt überhaupt nicht, dann wollt ich nicht. Es war mir wirklich, wo ich gedacht hab, ich will hier weg oder irgendwie so was. Das hab ich überhaupt nicht gemocht. [...] (Schülerin C)

Eine Aussage von Schüler E, der eigentlich ein sehr guter Sportler ist, zeigt, dass nicht nur unsportliche Kinder und Jugendliche von Schamgefühlen betroffen sind:

Minitramp machen wir öfter mit C und J und ich sind da auch immer ur schlecht. Normalerweise machen wir oder ich immer eigentlich mit bei allem, aber da sind wir in der Ecke gestanden bei den schlechten und versucht uns zu verstecken damit wir nicht drankommen. (Schüler E)

Bei seiner Schilderung von zwei Skikursen, zeigt sich deutlich, dass der Vergleich mit den Mitschülern und Mitschülerinnen sehr wichtig ist:

[...] und beim ersten bin ich eben in die zweitbeste Gruppe gekommen und ein Freund, der eigentlich viel schlechter war, der irgendwie gefahren ist, ist irgendwie in die erste aufgestiegen. Und es war dann eigentlich eh ganz chillig, ich mein ich war zwar in der zweiten, aber war dort der beste. Und ich hätte dann eh in die erste kommen können, aber es ging dann irgendwie nicht, weil schon zu viele warn oder so. Und dann beim letzten Skikurs, da wars dann so, da bin ich in die beste gekommen gleich und dort wars dann aber irgendwie, dass ich dort der schlechteste war. Und es war dann schon so, dass die Frau Professor gefragt hat, ob ich da mitkomm oder ob sie mich nicht wieder zurückstufen soll. Ich bin zwar dort geblieben, aber nur weil da J gesagt hat „ah er schafft das schon“ Aber im Nachhinein sag ich, in der zweitbesten wars eigentlich chilliger, weil ich dort halt der beste war. (Schüler E)

Von einer anderen Möglichkeit beschämt zu werden, die aber auch mit dem Können zu tun hat, erzählt Schülerin die:

Ok, also beim Abschießen, wenn ich abgeschossen worden bin und alle gelacht haben, oder wenns so war „die XY brauchst du eh nicht abschießen, weil die is dann einfach gut zum Abschießen zum Schluss“, so beim Völkerball. (Schülerin D)

Da es klarerweise etwas einfacher und angenehmer ist, über beschämende Situationen von anderen zu sprechen, wurden mir einige Szenarien geschildert, in denen Mitschüler und Mitschülerinnen der Interviewten von Schamgefühlen betroffen waren.

Schüler F berichtet von allgemeinen Geschehnissen im Sportunterricht, die zu Scham führen können, oder zumindest den Eindruck erwecken:

Dann im Sportunterricht an sich, wenn man zum Beispiel, keine Ahnung, Liegestütz macht oder so und dann gibt's halt Leute, die das nicht schaffen, also ein paar schaffen sie halt, aber dann nicht durchzuhalten. Oder eigentlich bei allem was man, also so bei Krafttraining im Großen und Ganzen bei den ganzen Übungen. Ich würd sagen da schämen sich schon einige Leute. (Schüler F)

Schülerin C erzählt von einer misslichen Lage einer Freundin:

Naja ich hab eine Freundin, ich weiß nicht, ob sie noch meine Freundin ist. Das war in der zweiten, da hatten wir vier Stunden Sport und davon zwei davon warn halt Schwimmen. Und da warn wir eben schwimmen und sie ist halt sehr dick und sie hat halt überhaupt nicht schwimmen können. Und ich glaube es war für sie sehr unangenehm, wie wir vom Hockerl halt so Köpfler oder so machen mussten. Und sie hats nie geschafft einen Köpfler zu machen und ist die ganze Zeit so richtig im Bauchfleck rein und wir mussten halt alle zuschaun. Wir ham uns nicht umdrehn können oder irgendwie so und so sagen „schauts euch mal das an“ und die Lehrerin: „schauts euch mal DAS an, wie sies macht“ und dann ham natürlich noch mehr hingeschaut. Also ich glaub ihr war das nicht wohl. Also mir wär das auch nicht wohl gewesen. (Schülerin C)

Schüler G beschreibt zunächst allgemein, was für ihn unangenehme Situationen ausmachen, und erzählt dann von einer speziellen schamerfüllten Situation eines Mitschülers:

Na unangenehm ist natürlich immer, wenn man etwas nicht kann und dann irgendwie alle schon was machen, aber man selber es irgendwie nicht zambringt oder nicht schafft. Das ist halt irgendwie, wo ich mir denk, das ist die größte unangenehme Situation für, ich glaub, fast jeden. [...] aber es ist schon ein komisches Gefühl, wenn alle dann schon, was weiß ich, was schaffen und du halt als einziger nicht. (Schüler G)

[...] die größte Situation, wo sich jemand glaub ich geschämt hat, war der T. Er ist Basketballer und er ist groß und dünn und ist halt der irrsinnige Ballfan und da wars glaub ich für ihn die größte Scham, wies um Handstützüberschlag ging und also nur üben und nur mit halten und den Handstand und mit umfallen und so und wie er das absolut nicht hingekriegt hat, weil er hat einfach keine Körperspannung.

Er ist groß und eigentlich ein schlacksiger Typ, was perfekt fürs Basketball ist, nur da war er vollkommen beschämt, wies darum ging, dass er das einfach nicht zugebracht hat. (Schüler G)

Ebendieser Schüler G behauptet zuerst, dass er sich im Sportunterricht eher nicht schämt, sondern das Gefühl eher nur bei anderen sieht, doch erzählt er nach ein wenig Nachfragen von einer Situation, in der er doch etwas Scham empfunden hat:

Ääh, naja ich glaub am meisten eher noch, bei ääh, wenn wir in Gruppen zusammen gespielt haben, in kleineren Gruppen und ich war dann sozusagen irgendwie der Grund, warum, was weiß ich, warum wir dann nicht gewonnen haben oder warum irgendwas. Das ist dann schon irgendwie so ein Gruppenscham und wennst dann besonders du der Grund bist [...] (Schüler G)

Auch für Schülerin D kann Scham dann kommen, wenn man etwas nicht schafft, doch die schlimmste Scham bei anderen entsteht ihrer Meinung nach, wenn sie von ihr, die schon oft wegen ihrer Unsportlichkeit ausgelacht wurde, abgeschossen werden:

Naja, wenn sie irgendwas nicht können, wenns dann irgendwas gibt. Oder wenn ich sie abschieß. Also wenn ich dann mal schaff wen abzuschießen, dann glaub ich, ist das schlimm für den und der schämt sich. (Schülerin D)

Schüler E sieht ebenfalls fehlendes Können als einen möglichen Grund sich zu schämen:

Ja, jetzt eh so im Turnunterricht, wenn man nicht so gut ist, vielleicht, dass man sich schämt da jetzt mitzumachen irgendwas. Oder, weiß nicht, wenn man ein bisschen kräftiger is, dass man sich, ja, schämt mit zu machen oder so. (Schüler E)

Die Aussage, dass sich manche, die etwas kräftiger gebaut sind, eventuell auch deshalb schämen könnten, leitet perfekt zu einem weiteren wichtigen Aspekt über, nämlich der Körper an sich. Über die Scham im Bezug auf den eigenen Körper gibt es leider keine Aussagen aus erster Hand, das heißt kein Jugendlicher hat davon berichtet, sich wegen des eigenen Körpers geschämt zu haben. Aus welchem Grund auch immer, vielleicht, weil dieses Thema noch unangenehmer ist, haben sie in dieser Hinsicht nur über andere gesprochen.

Schüler F, der in jüngeren Jahren nach seiner Aussage etwas dicker war und auch an einer Essstörung litt, beschreibt folgendes:

Also es gibt halt Kinder, die ein bisschen dicklicher sind und sich dann, also es beginnt ja schon im Umkleideraum, dass sie sich da schon schämen. Und da schämen sie sich, schätz ich mal, für ihren Körper, also ich mein, wofür sonst. Weil, also wenn man herum sieht und ich kann mir halt vorstellen, wenn man ein bisschen dicker ist und dann sieht man halt andere Leute mit einem Sixpack oder was weiß ich, also dann sieht man auch manchmal wie sie sich einfach so unter ihrem Leiberl verstecken, also während sie sich umziehen einfach versuchen ihren Körper zu verstecken, obwohl das eigentlich eh allen egal ist. (Schüler F)

Auch hier scheint der Vergleich mit anderen der entscheidende Faktor zu sein:

Weil es ist halt, das Problem ist halt meiner Meinung nach, dass es, so viele Leute sind halt zusammen auf einem Fleck und dann gibt's halt keine Ahnung, die, die jeden zweiten Tag im Fitnessstudio sind und dann gibt's irgendwie die, die es nicht einmal schaffen ein paar Kilo zu verlieren. Und ja, keine Ahnung, ich mein ich find das halt dann, also nicht traurig, aber ich hab dann Mitleid mit denen. (Schüler F)

Auf die Frage, ob er in der Garderobe schon einer unangenehmen Situation ausgesetzt war, schildert er folgendes:

Eigentlich nicht wirklich, also unangenehm war es für mich bis jetzt nicht, glaub ich, aber es war glaub ich einmal, dass war so in der zweiten Klasse, da war ich nämlich ein bisschen dicker, also ich glaub ich hatte, keine Ahnung wie viel ich gewogen habe, aber ich war halt ein bisschen dicker und dann wollte mir irgendwer, also ich weiß nicht mehr ganz genau, was da war, aber ich hatte glaub ich einen Döner und dann hat jemand gesagt, dass ich nicht so viel essen soll. Das war halt dann irgendwie unangenehm. Aber ich fand das jetzt eigentlich auch nicht so schlimm. (Schüler F)

Schüler A sieht einen starken Zusammenhang zwischen dem Körper und Scham, denn seine erste Assoziation mit Scham war folgende:

Also keine Ahnung, wenn man jetzt so im Turnunterricht, sagen wir mal, etwas übergewichtiger ist, könnte sich das irgendwie problematisch, könnte es

problematisch sein für die Betroffenen eben und das halt unangenehm ist, zum Beispiel. (Schüler A)

Der Grund dafür liegt seiner Meinung nach darin:

Naja zum Beispiel, dass die sich dann nicht so bewegen wollen, weil die doch schneller schwitzen oder, keine Ahnung sich nicht umziehen wollen oder sonst irgendwas. (Schüler A)

## **Fazit**

Im Sportunterricht geht es häufig wie auch Schülerin B – „*Vor allem im Sport, weil da schon eben Leistungen erwartet werden*“ – schildert, um Leistungen. Werden diese Leistungen nicht erbracht oder bestimmte Aufgaben nicht erfüllt, besteht eine recht hohe Wahrscheinlichkeit, dass Scham empfunden wird. Vor allem der Vergleich mit den Mitschülern und Mitschülerinnen scheint dabei entscheidend zu sein. Dieser Aspekt der Scham entspricht in etwa der *Misserfolgsscham* (Mariauzouls, 1996) bzw. der *Kompetenzscham* (Hilgers, 1996), die in Kapitel 3.2 beschrieben wurden. Bei der Scham hinsichtlich des Körpers und des Aussehens, die bei den Interviews nur bei anderen beschrieben wurde, kann von *Intimitätsscham* (Marks, 2011) gesprochen werden.

## **12.2 Der Blick der Anderen**

Im Kapitel 3.4 wurde schon eingehend beschrieben, dass viele Autoren davon ausgehen, dass der Blick einer anderen Person bzw. das Gesehen- und Beobachtetwerden die wichtigste Ursache für das Auslösen von Scham ist.

Die befragten Schüler und Schülerinnen bekräftigen die Macht des Blickes durch ihre Beschreibungen, warum Situationen für sie als unangenehm oder beschämend empfunden wurden.

Schülerin C erzählt vom Vorzeigen des Rades:

Naja ich habs einfach hinter mich gebracht und war dann einfach froh, dass ich es hinter mir hatte, aber war dann auch irgendwie, ich weiß nicht wie man das so sagt, einfach so beschämt oder irgendwie so, dass die anderen mich so gesehen haben, dass ich es überhaupt nicht konnte und was die Lehrerin von mir denkt und so halt. (Schülerin C)

Auf die Frage, was sie beim Vorzeigen als unangenehm empfindet, erzählt sie weiter:

Dass mir alle zuschauen. Egal, also wenn ich jetzt allein für mich mach und ich kanns trotzdem nicht, dann is mir das ja wurscht, weil es ja niemand sieht. Aber wenn ich jetzt vor, weiß nicht, 15 Leuten irgendwas präsentieren muss, wie irgendwas geht oder wie ich das kann, dann hat man immer im Hinterkopf: „was denken die dann von mir, weil ich das nicht kann“, oder „schaun die dann von oben auf mich herab“ oder irgendwie so was. Das ist das Unangenehme. (Schülerin C)

Auch Schülerin B macht vor allem das Zuschauen und die Exponiertheit vor allen Anderen dafür verantwortlich, sich unwohl gefühlt zu haben:

Ich glaub, weil da alle zugeschaut haben und wir da einzeln vor mussten und dann musste man es auch gleich noch mal probieren und konnte dann nicht wieder zurück gehen und warten, sondern man musste es einfach noch mal probieren und das war für mich persönlich unangenehm. (Schülerin B)

Auch ihre Assoziationen zu Scham und Beschämung machen deutlich, dass die Anwesenheit anderer Personen und deren Beobachten entscheidend für das Schamerlebnis:

Also beide drücken für mich etwas aus, wenss einem peinlich ist und wenss eben unangenehm ist und wenn eben der Fehler bei einem selber liegt. Wenn man wirklich selber etwas falsch gemacht hat und dadurch, nur wenn andere etwas bemerken, weil wenss niemand bemerkt hats ja keine Auswirkungen. (Schülerin B)

Schüler F beschreibt eine Situation, in der schwache Schamgefühle vorhanden waren, die allerdings auch schlimmer hätte sein können:

Ich glaub ich hätt mich auf jeden Fall geschämt, wenn das alle gesehen hätten? Also vor meinem Freund, es war auf jeden Fall nicht so schlimm, wie es hätte sein können, also ein bisschen Scham war schon da, aber es war nicht irgendwie dramatisch, keine Ahnung. (Schüler F)

Auch in der folgenden Erzählung, als er von einem Lehrer zurechtgewiesen wird, kann man die Rolle der Zuschauer herauslesen:

Danach war es einfach, keine Ahnung, es war einfach wirklich peinlich, weil er hat mich dann auch noch vor allen Leuten angeschrien und ich bin einfach nur dagesessen und hab mich am Kopf gehalten und alle haben mich angestarrt. (Schüler F)

Schüler F berichtet auch von Anderen, die sich durch die Exponiertheit unwohl fühlen und sich etwas schämen:

Aber die andere Peinlichkeit ist dann, wenn man, also angenommen der ganze Raum soll 20 Liegestütz machen und es sind wirklich alle fertig und du hast noch irgendwie fünf vor dir und dann merkst du, dass alle schon stehn und warten und eigentlich auf dich schau'n und wenn du dann einfach aufstehst und aufhörst und dann so dich noch entschuldigst, dann merkt man irgendwie auch, dass du dich unwohl gefühlt hast. (Schüler F)

Schüler E erzählt von einem Rückwärtssalto, den er nach einer nicht geglückten Vorübung gemacht hat und trotz Lehrerhilfe misslungen ist:

Gut dann hab ich die gemacht einmal, irgendwie, falsch, dann hat er gesagt: „Ok, mach das gleiche und ich dreh dich dann rüber, dass du den Rückwärtssalto machst.“ Und es war aber nicht das gleiche, weil bei der Vorübung, da steht er hinter dir und du spürst ihn ja. Und dann ist er plötzlich weg und du sollst das gleiche machen. Und du hast dann irgendwie Angst, dass du runter fliegst und so. Und es war halt dann so, ich hab das halt versucht, aber weils irgendwie anders war, hab ich nicht das gleiche gemacht. Und es war dann ur komisch, weil ich hätt ihn fast erschlagen und wir sind dann beide auf der Matte gelegen und hat er hat gesagt: „ja mach noch mal.“ Aber schlussendlich wars mir schon peinlich, weil schon einige zugeschaut haben. (Schüler E)

Schüler G meint, dass auch Verletzungen in gewisser Weise beschämend sein können, wenn die anderen Schüler schaulustig sind:

Unangenehm in gewisser Weise ist auch sich zu verletzen, weil man dann irgendwie, was weiß ich, man liegt am Boden und alle schau'n mal rum und dreh'n sich um. Das ist auch irgendwie in gewisser Weise eigentlich schon, find ich, fast beschämend. Vielleicht nicht beschämend, aber irritierend und verstörend, wenn man dann, was weiß ich, liegt und sich hält und dann stehn alle rum: „öh was is los,

was is da los“ und dann kommt erst langsam der Turnlehrer und fragt dich uns so was. Das ist auch in gewisser Weise unangenehm, weil du eigentlich sozusagen, ja gefallen bist. (Schüler G)

Auch bei seinem Definitionsversuch macht er deutlich, wie entscheidend andere Personen im Bezug auf Scham sind:

[...] also Scham wird eigentlich eher von anderen ausgelöst. Ich bezweifle, dass man ganz von alleine sich schämt, ohne dass andere von dir etwas halten oder dass andere über dich etwas sagen oder denken. Ich glaub, dass man nur Scham hat, wenn jemand dich beschämt. Du kannst nicht dich selber dafür schämen. Das glaub ich einfach irgendwie nicht. Es muss irgendwie jemand anderer sein, der den, einen Grund gibt sich zu schämen. Und das kann halt entweder sein, wenn der oder diejenigen denken, dass du das nicht kannst oder dass du das besser machen könntest oder wenn sie dich nicht verstehn, warum etwas jetzt nicht gemacht hast oder warum du etwas nicht willst. Scham wird immer von anderen ausgelöst. In jeder Hinsicht finde ich. (Schüler G)

Aber nicht nur das Zuschauen der Anderen, sondern auch deren vermeintliche Beurteilung wirken auf Empfindungen der exponierten Schüler und Schülerinnen.

Schüler F beispielsweise zeigt aus folgendem Grund nicht gerne etwas im Sportunterricht vor:

Weil es ist nicht nur der Lehrer, der dich beurteilt, sondern irgendwie auch die Schüler, also ich mein ganz ehrlich, ich glaub, es ist ihnen egal, aber trotzdem vor anderen Leuten will ich das eigentlich nicht machen. (Schüler F)

Schülerin C hat Scham auch deshalb empfunden, weil sie von den Mitschülerinnen nicht schlecht bewertet werden wollte:

Es war in den ersten drei Jahren vielleicht deshalb auch so, weil ich noch nicht so selbstsicher war, wie jetzt. Man hat auch irgendwie richtig gespürt, dass ich aus einer Schule gekommen bin, die hier ist und als Einzelgängerin dort bin, also gewesen bin und die anderen sind zu zehnt aus einer Volksschule in die Klasse gegangen und ham sich alle gekannt halt und ich bin immer bissel außen gestanden. Und natürlich wenn man denkt, dass eine Gruppe, die kennt mich nicht

richtig und ich muss da jetzt was machen sei es ein Rad schlagen oder irgendwas, dann hängt auch damit zusammen, dass man denkt: „ich will, dass die mich mögen und was ist wenn ichs nicht kann und was denken die dann von mir. (Schülerin C)

Schüler E erzählt von Skikursen und Situationen, in denen tatsächlich bewertet wurde und sich deshalb eher unwohl gefühlt hat:

Also das Vorfahren war schon nicht angenehm und dann haben halt alle geredet „der ist in der Gruppe und er ist in der“ [...] (Schüler E)

### **Fazit**

Die Blicke der Lehrpersonen und der Schulkollegen und Schulkolleginnen sind ein entscheidender Faktor beim Erleben von Scham im Sportunterricht. Vor allem wenn die Kinder und Jugendlichen exponiert sind, wenn sie beispielsweise etwas vorzeigen müssen, wirken die Schamgefühle besonders stark. Wie schon in Kapitel 10.1 festgestellt wurde, kommt es eben im Sportunterricht sehr häufig zu körperlicher Exponiertheit, weshalb hier wahrscheinlich häufiger Schamsituationen entstehen als in anderen Unterrichtsfächern. Neben dem Beobachtetwerden an sich, spielen auch die Gedanken darüber, wie man von anderen gesehen wird bzw. gesehen werden möchte eine bedeutende Rolle im Blick auf die Schamgefühle. Denn wie schon in Kapitel 5.2 erläutert, ist für Jugendliche im Stadium der Pubertät sehr wichtig, was für eine Meinung andere Personen von ihnen haben (Erikson, 2005, S. 255).

### ***12.3 Die Lehrperson & die Unterrichtsgestaltung***

Dass Scham und Beschämung im Sportunterricht vorkommt, wurde schon gezeigt. Ein wichtiger Aspekt ist dabei die Lehrperson und deren Gestaltung des Sportunterrichts. In wie fern die Lehrkräfte dafür verantwortlich sind, dass Schamsituationen auftreten, zeigen folgende Schilderungen.

Ein recht extremes Erlebnis schildert Schüler F, der von seinem Lehrer beschämt wurde:

Ja ok. Ich würd sagen das war, als mir mein Lehrer einen Basketball an den Kopf geworfen hat, als ich gesprochen hab mit irgendjemandem. [...]

Danach war es einfach, keine Ahnung, es war einfach wirklich peinlich, weil er hat mich dann auch noch vor allen Leuten angeschrien und ich bin einfach nur dagesessen und hab mich am Kopf gehalten und alle haben mich angestarrt.  
(Schüler F)

Seine Scham, die er nur vor dem Lehrer empfunden hat und mit Schuldgefühlen verglichen werden kann, – deren Zusammenhang wurde in Kapitel 6.2.2 beschrieben – begründet er damit:

Also eigentlich nur vor meinem Professor, weil er hat, glaub ich, irgendwas erklärt oder so, wenn ich mich richtig erinnere und ich mein, ich hab einen Ball an den Kopf bekommen, weil ich nicht genug Respekt gezeigt hab. Und ich mein, da schämt man sich dann schon, dass man nicht mal fünf Minuten ruhig sein kann. (Schüler F)

Schülerin C antwortet auf die Frage, ob die Häufigkeit von Schamsituationen mehr vom Verhalten der Lehrperson oder von deren Unterrichtsgestaltung abhängt, folgendes:

Beides irgendwie. Es kommt eben drauf an, erstens wie der Lehrer ist, ob der jetzt wie die S, das war die in der fünften, die total nett ist und irrsinnig auf die Wünsche eingeht aber auch ihr eigenes Programm durchzieht, also die das wirklich ins Gleichgewicht bringen kann. Da hat man wirklich das Gefühl gehabt, der is das so wurscht, ob du das kannst und die is einfach nur glücklich, dass du probierst, oder so. Und dann gibts halt auch wieder andere an unserer Schule, die meinen du musst alles perfekt können und wo du wirklich dann quasi Angst hast quasi, dass wenn du nicht schaffst, dass du jetzt eine Prüfung machen musst oder so. [...]  
(Schülerin C)

Schülerin B meint, dass das Verhalten der Lehrpersonen in Schamsituationen eine Rolle spielt:

Also ich glaub schon, dass sie die verhindern können, also ganz verhindern können sie sie wahrscheinlich nicht, weil es eben auch vom Schüler abhängt, wie er sich anstellt, aber wenn so ein peinlicher Moment eben aufkommt, dann kann der Lehrer schon etwas tun, damit es nicht so unangenehm für den einzelnen Schüler ist, indem er die anderen zum Beispiel mit irgendwas anderem beschäftigt. Und eben auch drauf eingeht und dem sagt, wie mans besser machen kann. Und einfach

nicht immer wieder drauf herumreitet, sondern einfach auch weitermacht.  
(Schülerin B)

Schülerin B vergleicht auch zwei Lehrerinnen miteinander, wie sie sich in Schamsituationen verhalten haben:

Ja also die, die niemand mochte, die ist dann immer sofort wütend geworden und hat einen angeschrien. Das war überhaupt sehr unangenehm, weil dann is alles noch schlimmer geworden. Aber das variiert eben auch, weil die jetzige, die wir jetzt haben, die geht eben dann drauf ein und erklärt einem, was man falsch gemacht hat und gibt einem halt dann auch die Möglichkeit bei was anderem zu zeigen, was man kann. (Schülerin B)

Das Verhalten von der „bösen“ Lehrerin wird noch konkretisiert:

Also ein Mädchen, das war in der Unterstufe bei uns, die wurde ständig von dieser bösen Lehrerin, sag ich jetzt mal, ins Visier quasi genommen, weil jedes Mal, wenn sie was gemacht hat, wurde sie angeschrien und ja [...]

Aja genau, bei der ist es dann eben auch vorgekommen, auch wenn sies richtig gemacht hat, hat sie dann immer schon den Blick von der Lehrerin im Rücken gehabt und war dann dadurch immer nervöser und hat schon immer drauf gewartet eigentlich und dadurch ist ihr einfach vieles nicht gelungen, was sie eh gekonnt hätte. Und das war provozierend, dadurch dass es immer passiert ist mit der Lehrerin. (Schülerin B)

Auch Schüler F schildert von einer Situation, in der ein Freund durch das Verhalten vom Lehrer beschämt wurde:

Obwohl, naja früher hatte ich einen Freund, aber geht jetzt nicht mehr in meine Schule und der war halt dicker, also eigentlich schon dick und unspportlich. Und ich glaube, er wollte irgendwie nicht mehr mitmachen oder so und er hat sich die ganze Zeit einfach auf den Bauch gelegt und dann hat unser Turnlehrer ihn irgendwie vor der gesamten Mannschaft angeschrien, nicht Mannschaft, halt vor der gesamten Klasse und ihm gesagt, dass er sich bewegen soll oder für immer so bleibt. Und ich mein, man kann sich denken, was er gemeint hat. Er hats halt nicht genau so gesagt. Und ich mein, das fand ich wirklich richtig gemein. (Schüler F)

Er ist aber auch der Meinung, dass auch ein positiv gemeintes Verhalten der Lehrperson manchmal beschämend wirken kann:

[...] wenn der Professor sie vor allen Leuten anschreit, dass sie halt durchhalten sollen und ich mein, ich verstehe auch, das ist halt seine Art von Motivation, aber gleichzeitig wenn man es wirklich nicht mehr kann, dann ist das sicher auch für jemanden beschämend. (Schüler F)

Insgesamt findet er ebenfalls, dass es vom Lehrer abhängt, wie oft Scham und Beschämung von Schülern und Schülerinnen im Sportunterricht erlebt wird:

Ja, definitiv. Weil es gibt so Lehrer, die strenger sind und auf jeden Fall sehr viel Disziplin verlangen in ihrem Unterricht und wenn da jemand, kein Ahnung, sich falsch verhält, also so, wie er es nicht will, dann wird er auf jeden Fall irgendwie runter gemacht, sag ich jetzt mal, also es muss nicht unbedingt bestraft sein, aber auch halt vor allen Leuten angeschrien oder was weiß ich. Und das ist dann nicht unbedingt nur „sei leise“ das kann dann auch schon ein bisschen gemeiner werden. Und dann gibt's halt andere Sportlehrer, die von Anfang an lässig wirken und dann machen die Leute halt auch mit. Also keine Ahnung, wenn sich ein Lehrer halt wirklich für sein Unterrichtsfach interessiert und sich immer was Lustiges ausdenkt, keine Ahnung, also wo man sieht, dass es ihm Spaß macht und auch gleichzeitig den Schülern Spaß macht, dann passiert so was eigentlich so gut wie nie, einfach weil von beiden Seiten kommt es einfach nicht dazu. (Schüler F)

Schülerin D erzählt, dass die Lehrerinnen Situationen manchmal durch Aussagen noch unangenehmer machen und die Scham bestärken:

Manchmal bestärken die das. Also sie bestärken irgendwie die guten, wenn sie so, ich weiß nicht, „na dann werd halt besser“ oder „na dann mach doch“, „na dann schieß doch mal wen ab“, „dann steh nicht so blöd herum“ und dadurch ist es dann noch unangenehmer.

Ja, wenn dann so Kommentare eben so wie „steh nicht im Feld rum“, „tu einmal was“, solche Äußerungen einfach vor der Klasse. Wenn mans dann noch so betont oder wenn sie mich noch betont so. (Schülerin D)

Auch sie ist der Ansicht, dass das Lehrer und Lehrerinnen dafür verantwortlich sind, wie häufig Schamsituationen im Sportunterricht vorkommen.

Ja ich glaub schon, weil ich glaub Turnlehrer können sich nicht hineinversetzen. Weil die sind ja selber besonders gut. Aber das is nicht nur bei Turnlehrern sondern auch bei anderen manchmal so. Die sind in ihrem Fach gut und können sich nicht vorstellen, wie sich jemand fühlt, der in dem Fach schlecht ist. (Schülerin D)

Und wenn die Lehrerin nicht unmittelbar der Auslöser ist, dann macht sie nichts um die Beschämung zu verhindern:

Der ist das wurscht, ich glaub, die denkt sich: „die solln sich das alleine ausmachen“ oder so selbst schuld, könntest du halt besser Ball spielen, dann würdest du gewählt werden, streng dich halt mehr an.“ (Schülerin D)

Schülerin C kann sich zwar nicht mehr genau erinnern, doch glaubt sie dennoch, dass sie sich wegen eines Blickes der Lehrerin unwohl gefühlt hat:

[...] ich kann mich nicht mehr so erinnern, aber ich glaub es ist schon vorgekommen, dass sie auch mal so (VERDREHT DIE AUGEN) geschaut hat, oder einfach wo ich dann das Gefühl gehabt hab: „Ääh was war jetzt?“. Aber sonst nicht wirklich. (Schülerin C)

Die Lage ihrer Freundin beim Schwimmen hat die Lehrerin ihrer Meinung nach durch ihre Aussagen noch verschlimmert:

[...] Und sie hats nie geschafft einen Köpfler zu machen und ist die ganze Zeit so richtig im Bauchfleck rein und wir mussten halt alle zuschaun. Wir ham uns nicht umdrehn können oder irgendwie so und so sagen „schauts euch mal das an“ und die Lehrerin: „schauts euch mal DAS an, wie sies macht“ und dann ham natürlich noch mehr hingeschaut. Also ich glaub ihr war das nicht wohl. Also mir wär das auch nicht wohl gewesen. (Schülerin C)

Schüler G erzählt von Aussagen einer Lehrerin, die keineswegs gut ankamen:

[...] wir hatten eine Turnlehrerin, die hat einfach, die hat irgendwie gemeint, sie muss jetzt jedem Mädchen sagen: „Nimm ab“ oder „du bist magersüchtig“ oder

sonst irgendwas. Da gabs dann auch irgendein Verfahren glaub ich, aber die war wirklich komisch. Ich finde das sollte nie vorkommen, dass irgendwer da irgendjemand direkt sagt, also natürlich du kannst meinen, ja du kannst jemanden fördern oder auch helfen gesundheitlich und ihn da vielleicht auch beraten, wenn er das will, aber du solltest das auf keinen Fall gegen den Willen von jemandem, irgendwie direkt mal ins Gesicht hauen. (Schüler G)

Schüler E schildert eine Situation, in der ein Lehrer einen Schüler mehr oder weniger bewusst in eine beschämende Situation gebracht hat:

Ja zum Beispiel bei Liegestütz und dann der Herr Professor hat irgendwie gesagt ja, weil er nicht gscheit mitgemacht hat, soll er das vor allen jetzt noch machen. Und weil er es eben nicht konnte, hat er vorher schon nicht mitgemacht und jetzt musste er es vor allen noch machen und konnte es da logischerweise auch nicht. (Schüler E)

Allerdings erzählt er auch, dass der Lehrer derartige Situationen durch seinen Umgang mit den Schülern auch abschwächt:

Und so, weiß nicht, mit den Liegestütz oder irgendwie so was, das ist halt so, das is bei jedem, jeder hat so Situationen bei C. zum Beispiel, weiß nicht, das der Liegestütz nicht schafft oder der schafft den Salto nicht, oder, ja da sagt man nicht so viel, das is halt so. Und bei C. ist das eigentlich eh ein gutes Verhältnis. Und manchmal lachen wir halt, weil C. macht das noch irgendwie so, er schreit einen so pseudomäßig an „jetzt mach weiter“ und so. Aber er macht das halt irgendwie mit Spaß und so und dann ist es zwar lustig, aber nicht weil wir ihn auslachen, sondern weil die ganze Situation einfach. (Schüler E)

Auch bei derartigen Situationen, die Schüler F erwähnt, ist die Lehrperson zum Teil für die Scham verantwortlich:

Ich glaub, das ist mir grad eingefallen, ich glaub man schämt sich, wenn die Teamkameraden wegen dir, weil du irgendwas falsch gemacht hast, keine Ahnung auch bestraft werden. Weil mir ist es zum Beispiel auch egal, wenn mein Lehrer mir irgendwie sagt: „ja du redest zu viel, mach zehn Liegestütze“ aber wenn er dann sagt, dass meine ganze Mannschaft wegen mir Liegestütze machen muss und die das nicht wollen, dann schäm ich mich irgendwie auch dafür. (Schüler F)

Neben dem Verhalten, dem Charakter und dem Eingehen der Lehrperson auf die Wünsche der Schüler sind auch die Gestaltung und der Aufbau des Unterrichts ein wichtiger Faktor für das Auftreten von Schamgefühlen. Denn wie exponiert Schüler und Schülerinnen in bestimmten Situationen sind und wie vielen Blicken sie ausgesetzt werden, hängt in einem hohen Maße von den Rahmenbedingungen ab, die von der Lehrkraft geschaffen werden.

Auch zu diesem Thema gab es einige interessante Statements.

Schülerin C schildert eine Situation aus dem Geräteturnen:

[...] Weil wir mussten uns immer in einer Reihe aufstellen, dass jeder einzeln dran kommt. Und wenn man jetzt eine Luftrolle musste oder irgendwie so was, dann hab ich dass gehasst, weil ich wusste genau, dass ich es nicht kann. Ich kanns auch jetzt noch nicht gscheit. Ja ich mein, es schaut eigentlich eh keiner hin, man redet einfach, aber es ist einfach, man kriegts mit, aber nicht so wirklich. (Schülerin C)

Schüler F war auch in einer derartigen Lage, in der ihm alle zusahen.

Also jetzt wo du erwähnt hast, ich kann das Rad nicht bis zum heutigen Tag und ich konnte es nie. Und mein Lehrer wollte halt unbedingt, dass ich es mache und ich wusste nicht einmal wie das, also wo ich meine Hand hintun soll und so weiter und er hat gesagt: „machs einfach!“ und das war halt so, alle sind auf einer Bank gesessen und da waren die Matten in einer Reihe und ich sollte ein Rad machen und ich wusste nicht wie das geht und hab mich einfach auf den Boden geworfen. Das war peinlich. Also irgendwie das Rad hasse ich. (Schüler F)

Generell scheint Geräteturnen ein hohes Potenzial für Scham zu sein, vor allem weil:

[...] beim Geräteturnen schau einfach alle zu. (Schülerin B)

Auch Prüfungen im Sportunterricht werden als unangenehm war genommen, vor allem wenn sie so ablaufen:

Prüfung, wir stehn in einer Schlange und es war halt noch die einfachere Situation mit, dass du einen Kasten hattest und dann stand der Lehrer da, dass er dir helfen konnte und mit einem zweiten Helfer vielleicht auch noch. Und dann war halt

sozusagen: „ja zeig mal was du kannst einfach.“ Das war die Art von Prüfung.  
(Schüler G)

Schülerin B sagt dazu folgendes:

Das war so ein Einzelding vor allen. Und das steigert halt die Nerven.  
(Schülerin B)

Wie wichtig gute Rahmenbedingungen und ein guter Aufbau für Schüler und Schülerinnen sind, zeigen folgende Aussagen.

Schüler E meint, dass das Verhalten der Lehrperson Schamerlebnisse schon beeinflussen kann, doch betrachtet er den Aufbau als wichtiger:

Also ich glaub beides, aber noch mehr wie das ganze aufgebaut is, zum Beispiel beim Geräteturnen. Also wenn du in der Mitte irgendwas machen musst, dann schämst du dich eher immer und wenns so aufgebaut is, dass man das alleine macht, dann is es „vielleicht schämst du dich vielleicht auch nicht“ dann kommt es vielleicht schon auf den Lehrer an, aber zumindest schau dir nicht alle zu.  
(Schüler E)

Für Schülerin D sind die Rahmenbedingungen besonders entscheidend:

Der Turnunterricht is einfach ganz anders jetzt. Es ist viel abwechslungsreicher und wir spielen einfach nicht immer nur Handball. Wir machen jetzt auch so Mischungen. Wir ham schon Jonglieren gemacht und Einradfahren und einfach verschiedene Sachen, damit dann jeder irgendwo gut ist und dann fällt das auch nicht so auf und dann bewegen sich auch alle. Und es gibt eigentlich nie so Situationen wie „das kannst du nicht“ oder „du bist schlecht.“ Oder wir ham auch schon Stepaerobic gemacht und da fällt das auch nicht auf.

[...] was nicht so is, wir spielen jetzt die ganze Zeit nur Handball oder Volleyball, sondern wir können uns verschiedene Sachen aussuchen. (Schülerin D)

## **Fazit**

Auch wenn es in der Regel wahrscheinlich nicht bewusst geschieht, kann das Verhalten der Lehrpersonen dazu führen, dass Schüler und Schülerinnen beschämt werden und sich dadurch unwohl fühlen. In umgekehrter Weise können Lehrer und Lehrerinnen allerdings durch ihre Art und Handlungsweise dafür sorgen, dass Scham nicht so häufig auftritt bzw. deren Empfindung abgeschwächt wird.

Wichtig scheinen allerdings auch der Aufbau und die Gestaltung des Sportunterrichts zu sein, damit die Kinder und Jugendlichen nicht unbedingt in Situationen mit hohem Schampotenzial, wie das Vorzeigen vor allen, gebracht werden. Ein abwechslungsreiches Programm, bei dem auf die Wünsche der Schüler und Schülerinnen eingegangen wird, könnte ein Ansatz dafür sein, möglichst wenige Schamsituationen hervorzurufen.

## ***12.4 Spezielle Situationen***

### **12.4.1 Das Teamwählen**

Im empirischen Teil wurde die Thematik des Wahlverfahrens schon kurz angeschnitten. Bei dieser Methode der Teameinteilung empfinden die Schüler und Schülerinnen das „Nicht-gewählt-Werden“ manchmal als soziale Abstufung (Vollmuth, 2008, S. 27) und sie fühlen sich gekränkt, wenn Freundschaften plötzlich keine Rolle mehr spielen oder umgekehrt diese mehr zählen als die Leistungsstärke.

Auch bei Interviews kam das Problem des Wählens zur Sprache, teils auf meine Nachfrage, teils wurde von selbst davon erzählt.

Schülerin D war selbst schon öfter in der Situation erst zum Schluss gewählt zu werden und wurde unter anderem dadurch beschämt:

Weil sie mich eben ausgelacht haben, oder einfach wenn sie mich nicht wählen und dann streiten, weil sie mich dann nehmen müssen in die Gruppe. (Schülerin D)

Die Beschämung durch das „Nicht-gewählt-Werden“ schildert sie folgendermaßen:

Das alleine vorkommen, also dass man einfach erstens der letzte ist dann alleine dort steht und auch dieses, dass die Freunde gar nicht mehr zu einem halten. Das

plötzlich Freundschaften nicht mehr eine Rolle spielen oder nicht mehr wichtig sind oder das man das Gefühl hat, dass, ja, die Freunde einen nicht mehr mögen. Oder das man nicht mehr gut genug für seine Freunde ist. So irgendwie. (Schülerin D)

Schülerin erzählt von einer Mitschülerin, die immer bis zu letzt übrig geblieben ist:

Also wir hatten irgendwie immer zumindest ein Mädchen in der Klasse, die halt nicht so gut war, weiß nicht woran das liegt, war halt nicht so sportlich und vor allem beim Ballspielen ist es halt sehr aufgefallen. Da hatte ich eine Mitschülerin und die halt einfach sehr unbegabt und konnte weder wirklich fangen und weder schießen und dann kams halt zu einem Völkerballspiel und es ist halt schon aufgefallen, weil es wurde gewählt und sie ist halt wirklich immer als letzte übrig geblieben und da hab ich mir schon gedacht, dass sie irgendwie arm ist, weil sie ja nicht wirklich was dafür kann, wenn sie einfach keine Begabung in dieser Richtung hat. (Schülerin B)

Naja es war ja schon von Anfang an bewusst irgendwie, dass sie wahrscheinlich übrig bleiben wird, weil sie hat sich gleich am Anfang dieses Prozesses des Wählens klein gemacht und sich eher zurückgehalten und wollt eigentlich auch gar nicht, eben weil sie selber auch keinen Spaß dran gehabt hat. (Schülerin B)

Schüler G erzählt auch vom Wählen und ist der Meinung, dass es für die „Letzten“ nicht so schlimm ist:

Naja, das hängt natürlich auch davon ab, wer ist der Wähler und die wählen dann vielleicht zuerst ihre Freunde und Kumpels und es gibt natürlich schon gewisse Kinder, die sind vielleicht nicht so sozialisiert oder sind einfach stiller. Pff naja, aber das stört die auch nicht. Ich hab auch mit einem Freund geredet und er weiß, dass er nicht so sportinteressiert ist und deshalb störts ihn auch nicht, dass er als letzter gewählt wird, weil er meint er verstehts auch. (Schüler G)

## **12.4.2 Die Garderobe**

Ein weiterer spezieller Aspekt des Sportunterrichts ist das Umziehen in der Umkleidekabine. Auch hier können vor und nach der eigentlichen Sportstunde Schamsituationen entstehen. Die Interviewpartner und Interviewpartnerinnen fühlten sich

zwar bislang nicht selbst beschämt, erzählen aber von Anderen, denen das Umziehen Probleme bereitet.

Schülerin B berichtet von Mitschülerinnen, die sich fürs Umziehen zurückziehen:

Also ich hab da eigentlich kein Problem, weil es sind ja nur Mädchen in der Turngruppe, aber es gibt zwei oder drei, die halt immer aufs Klo oder ins Bad gehen und die Tür zumachen, wenn sie sich umziehen. Mich stört das nicht. Es gibt ein paar die drüber lachen und ein paar, die sie dafür komisch anschauen, aber ich denk mir, das ist ihre Sache. (Schülerin B)

Auch Schüler A erzählt von Schulkollegen:

Naja jetzt an der Schule nicht direkt, da sind alle relativ durchschnittlich, vorher auch nicht unbedingt, aber dann halt schon, da waren jetzt halt nicht wirklich Fettleibige, aber bisschen übergewichtigere, korpulentere, das, die ham sich halt dann schon immer weggedreht, oder so, oder sind dann irgendwo anders hingegangen, in ein Eck gegeben die Sachen und so, also nicht direkt im Mittelpunkt. Sie ham sich halt eher zurückgezogen. (Schüler A)

Schüler F schildert ebenfalls, was in der Garderobe vorgeht:

Also es gibt halt Kinder, die ein bisschen dicklicher sind und sich dann, also es beginnt ja schon im Umkleideraum, dass sie sich da schon schämen. Und da schämen sie sich, schätz ich mal, führ ihren Körper, also ich mein, wofür sonst. Weil, also wenn man herum sieht und ich kann mir halt vorstellen, wenn man ein bisschen dicker ist und dann sieht man halt andere Leute mit einem Sixpack oder was weiß ich, also dann sieht man auch manchmal wie sie sich einfach so unter ihrem Leiberl verstecken, also während sie sich umziehen einfach versuchen ihren Körper zu verstecken, obwohl das eigentlich eh allen egal ist. (Schüler F)

Einzig Schülerin D erzählt von unangenehmen Situationen, die sie selbst betreffen allerdings nichts mit dem Umziehen zu tun haben:

Nein eigentlich nicht, am ehesten vielleicht, dass sich die Ehrgeizigen sich geärgert haben und dieses: „mah, jetzt ham wir wegen dir verloren.“ Aber das war nicht so

beschämend, sondern das war halt so „tuts euch nichts an, das war ein Spiel“, sondern für mich wars dann vorbei und erledigt. (Schülerin D)

## **Fazit**

Bei der Schilderung von Schülerin D, die immer erst als letzte gewählt wurde, wird sehr deutlich, wie unangenehm das Wählen für Jugendliche sein kann. Einerseits empfindet sie es als beschämend, alleine übrig zu sein und als letzte nach vor kommen zu müssen und andererseits hat sie das Gefühl, dass, wenn es um die Teameinteilung geht, die Freundschaften plötzlich keine Bedeutung mehr haben. Die Scham, die sie empfindet kann entweder als soziale Scham (Lietzmann, 2003, S. 95 & Neckel, 1991, S. 145) oder als *verlegenheitsnahe Scham* (Mariauzouls, 1996, S. 169) bezeichnet werden, die schon in Kapitel 3.2 näher beschrieben wurden. Die Problematik dieser Methode der Teameinteilung wird auch durch die Schilderungen der anderen Jugendlichen, die sich in ihre Mitschüler und Mitschülerinnen hineinversetzen deutlich.

Im Bezug auf die schamauslösenden Situationen in der Umkleidekabine sind wir zwar auf Erzählungen über andere Schüler und Schülerinnen, also Informationen aus zweiter Hand, angewiesen, doch zeigen diese ebenfalls, dass das Umziehen vor allen anderen für manche keineswegs angenehm ist und sie Scham empfinden. Wollen die Jugendliche intime Körperregionen bzw. Körperteile, die nicht gesehen werden sollen, vor den Blicken der anderen schützen, so kann man von *Intimitätsscham* sprechen (Marks, 2011, S.28), doch auch die Bezeichnung „*verlegenheitsnahe Scham*“ (Mariauzouls, 1996, S. 169) kann verwendet werden, wenn sich Schüler und Schülerinnen aufgrund von Abweichungen vom Idealbild hinsichtlich des Körpers schämen.

## **12.5 Schilderungen von Gefühlen, Gedanken und Reaktionen**

Die interviewten Schüler und Schülerinnen erzählen von ihren eigenen Gedanken und Emotionen und wie sie in Schamsituationen reagiert haben, aber auch von Beobachtungen bei anderen.

Schülerin B beschreibt ihre Gedanken, als sie vor einer Aufgabe stand, die sie nicht bewältigen konnte:

Ich hab mir gedacht, es wäre schön gewesen, wenn wir irgendwie Zeit hätten uns das selber das mal anzuschauen und zu probieren, bevor alle zuschauen und meine Gedanken waren irgendwie „verdammt, was soll ich machen, ich kann das nicht“ und irgendwie war ich auch ein bisschen ärgerlich eben auf die Lehrerin, weil sie hat drauf bestanden, dass ich es können muss, aber ich konnte es eben nicht. (Schülerin B)

Wie sie sich generell verhält, wenn sie sich schämt, beschreibt sie wie folgt:

Naja man versucht natürlich sofort sich eher unauffällig zu verhalten und eben, dass nicht alle zuschaun, wenn es vermeidbar ist. Und man sagts natürlich nicht allen und ja man bleibt eben einfach im Hintergrund. (Schülerin B)

Schülerin C erwähnt „Flightgedanken“:

Es war mir wirklich, wo ich gedacht hab, ich will hier weg oder irgendwie so was. Das hab ich überhaupt nicht gemocht. Aber es ist auch irgendwie, manchmal denkt man sich halt scheiße wie mach ich das jetzt oder irgendwie so... (Schülerin C)

Sie schildert auch ihre körperlichen Reaktionen, die bei ihr mit Schamgefühlen einhergehen:

Also ich lauf rot an, also nicht immer, dann, mir wird kalt, ich fang an zu schwitzen, aber sonst. Ah und manchmal ist meine Stimme dann so zittrig, aber. Ich bin einfach nervös dann auch. (Schülerin C)

Auch Schülerin D berichtet von Rückzugsgedanken:

Ja dass ich weg will und nicht da sein will und dass ich eh nicht spielen will und wenn sie mich nicht wolln und ich nicht spielen will, warum ich das dann machen muss, so irgendwie. (Schülerin D)

Weiters erzählt sie von Strategien um Schamsituationen nicht mehr ausgesetzt sein zu müssen:

Ich hab dann immer versucht krank zu sein oder meine Tage zu haben, um nicht in Turnen zu müssen oder den Fuß verletzt zu haben oder Kopfweh zu haben. (Schülerin D)

Schüler E reagierte schon vor der eigentlichen Handlung:

[...] aber da sind wir in der Ecke gestanden bei den schlechten und versucht uns zu verstecken damit wir nicht drankommen. (Schüler E)

Schüler G, der selten von Scham betroffen ist, beschreibt sein Verhalten, als er sich geschämt hat:

Ja, naja ich bin eher damit umgegangen, dass ich sozusagen gesagt hab: „tschuldigung, mein Gott das konnt ich halt jetzt nicht so gut, beruhigt euch, also ihr müsst jetzt nicht rummeckern, ja wir ham das halt jetzt nicht geschafft und wir ham das nicht gewonnen, egal, ja wir können anderes.“ Ich bin dann eher so, ja so ist es, wir können natürlich, beim nächsten Mal kann ich mich mehr anstrengen, aber ich hab eher, ich hab das nicht sehr persönlich genommen, wobei ich mir irgendwie denke, wieso sollten die das an mir auslassen. (Schüler G)

Wie schon erwähnt, erzählten die Interviewten auch von Mitschülern und Mitschülerinnen.

Schüler A berichtet von Schülern, die sich möglichst allen Blicken entziehen wollten:

Und es gab eben einen Schüler, der war etwas stärker und der hat sich dann bei den Übungen eben sehr schwer getan, sag ich mal und ist dann eben auch wieder eher nach außen, ganz nach außen gegangen [...] (Schüler A)

Schüler F beschreibt, woran er merkt, dass sich andere schämen:

[...] wenn die Leute einfach aufhören mittendrin, dann, also ich mein, dann schauen sie so herum, ob jemand gemerkt hat, dass sie aufgehört haben [...] und es sind wirklich alle fertig und du hast noch irgendwie fünf vor dir und dann merkst du, dass alle schon stehn und warten und eigentlich auf dich schaun und wenn du dann einfach aufstehst und aufhörst und dann so dich noch entschuldigst, dann merkt man irgendwie auch, dass du dich unwohl gefühlt hast. (Schüler F)

Zwei Situationen, in denen Mitschüler Scham empfunden wurde, schildert Schüler E:

Wenn ich jetzt überleg, er hat eher versucht es zu überspieln irgendwie mit lachen oder so (Schüler E)

Er hat eher so in sich hinein gelacht und so: „ich kann das nicht“.

(Schüler E)

Weiters erzählt er vom Verhalten derjenigen, die beim Wählen zum Schluss aufgerufen werden:

Also es war immer so, dass sie eher schon so, sie wissens eh schon so und sind schon so teilnahmslos und so „ja ich weiß eh schon, ich werd als letzter gewählt“ oder so und ja eher so, dass sie eh schon wissen und dann über was anderes reden und „aso ich bin gewählt und jetzt geh ich halt dort hin zu der Mannschaft, mir is es eh wurscht“ oder so (Schüler E)

Schülerin B spricht auch über das Wahlverfahren:

Naja es war ja schon von Anfang an bewusst irgendwie, dass sie wahrscheinlich übrig bleiben wird, weil sie hat sich gleich am Anfang dieses Prozesses des Wählens klein gemacht und sich eher zurückgehalten und wollt eigentlich auch gar nicht, eben weil sie selber auch keinen Spaß dran gehabt hat. (Schülerin B)

Schüler G berichtet von einem Mitschüler, der sich weigerte eine Übung weiter zu versuchen:

Und dann ist er auch, dann wollte er das nicht mehr machen und alle ham sich gefragt: „ja warum willst du das nicht, probiers doch noch mal“ „nein, nein, nein, das kann, das ist ein Blödsinn, das gefällt ma nicht, das brauch ich nicht, nein warum“. Dann ging er halt sozusagen auf Abwehr und das ist schlecht und da hat man eigentlich gesehn, dass er sich eigentlich dafür schämt, dass er das als sportliches Kind nicht kann. (Schüler G)

## **Fazit**

Die körperlichen und das Verhalten betreffenden Reaktionen und die kognitiven Vorgänge bei Schamgefühlen können, wie schon in Kapitel 4 ausführlich beschrieben, ganz unterschiedlich sein. Bei diesen Schilderungen reichen sie von dem Gefühl von Machtlosigkeit, Flightgedanken und tatsächlichen Rückzugsversuchen über Überspielen bis hin zum Abblocken bei angebotener Hilfe. Bei den Beschreibungen der Schüler und Schülerinnen wird offensichtlich, dass Scham regelmäßig ein Teil des Sportunterrichts ist.

## **12.6 Reaktionen bei empathischer Scham**

In Form der *empathischen Scham* (Marks, 2011) fühlen wir mit, wenn andere Personen in unserer Gegenwart beschämt werden und Scham empfinden. Die interviewten Jugendlichen beschreiben ihre Reaktionen, wenn Mitschüler oder Mitschülerinnen von Schamgefühlen betroffen sind.

Schülerin C schildert, was sie gemacht hat, als eine Freundin in einer beschämenden Situation war:

Ich hab da irgendwie versucht so am Boden zu schaun oder nur ganz selten hin oder, also es war allen unangenehm irgendwie, weil wir wollten selber nicht hinschaun, weil wir gewusst ham, dass sies nicht kann und.

(Schülerin C)

Schülerin B erzählt von ihren Gedanken und Reaktionen, als eine Mitschülerin immer erst zum Schluss gewählt wurde:

[...] und da hab ich mir schon gedacht, dass sie irgendwie arm ist, weil sie ja nicht wirklich was dafür kann, wenn sie einfach keine Begabung in dieser Richtung hat. Und sie wurde dann schon immer integriert und wir haben ihr geholfen einfach besser zu werden und haben ihr gezeigt, wie sies machen muss. (Schülerin B)

Auch Schüler E erzählt, dass sie den betroffenen Schüler unterstützen:

[...] Und wir hams ihm dann eh gezeigt eigentlich wies geht ja und ham dann auch, obwohl es so ur schlecht war, „ja war eh schon besser“ und so (Schüler E)

Schüler F reagiert nicht wirklich, wenn sich andere schämen, doch fühlt er dennoch mit ihnen mit:

Ich, also ich mach ja eigentlich gar nichts, ich steh dann einfach nur herum und denk mir „ja gut, der hat jetzt“, also ich kümmer mich nicht drum, aber ich würd sagen, wenn ich so darüber nachdenken, dann hab ich irgendwie schon Mitleid, halt mit denen, die sich für ihren Körper schämen erst einmal und auch eigentlich mit denen, die es probieren und nicht schaffen.

(Schüler F)

Schüler G berichtet ebenso, dass er sich eher zurückhält und auch seine Klasse nicht wirklich reagiert:

Ich hab mich rausgehalten, weil ich hab gedacht, das ist eine Sache zwischen meinem Turnlehrer und ihm. (Schüler G)

Wir schweigen da eigentlich drüber, weil jeder was hat, was er nicht kann. (Schüler G)

Sein Gedanken und Gefühle im Allgemeinen, wenn sich andere schämen sind folgende:

Naja ich denk mir zuerst mal, ich schau mir die Situation an, warum schämt sich der überhaupt. Und wenn ich den Grund verstehe, dann werd ich versuchen, dann werd ich, also wenn ich versteh, warum er sich schämt, dann werd ich den anderen vielleicht auch sagen: „ja warum, warum tut ihr das, er kanns halt nicht, aber er kanns vielleicht üben und verbessern, aber warum beschämt ihr den?“ Aber wenn ichs nicht versteh, dann, dann will ich mich nicht in diese Diskussion einbringen, weil vielleicht der dann, naja pff, warum sollte ich ihm helfen, wenn, er beschämt sich sozusagen wegen etwas und ich versteh den Grund nicht, dann denk ich mir, sollte sich der Turnlehrer darum bemühen mit dem zu reden. Aber ich glaub nicht, dass da ein Mitschüler viel helfen könnte. (Schüler G)

Schüler A erzählt, dass die Klasse in der Umkleidekabine nicht besonders auf die achtet, für die die Situation unangenehm ist:

Naja das war jetzt nicht so ein, wie soll ich sagen, es war jetzt, es hat nicht so eine Rolle gespielt, wir ham uns einfach umgezogen, das war jetzt nicht so der Fall, dass wir die dumm angeschaut haben, das war zum Glück halt nie wirklich der Fall. Die anderen ham halt Rücksicht genommen, die anderen in der Ecke sich umziehen lassen, war jetzt nicht so interessant, sag ich mal. (Schüler A)

## **Fazit**

Auch die empathische Scham, also die Scham, *die wir mitfühlen, wenn wir Zeuge der Scham eines Mitmenschen sind, etwa wenn dieser erniedrigt wird.*“ (Marks, 2011, S. 27) tritt im Sportunterricht auf. Ganz offensichtlich wird dies durch Schilderung von Schülerin C über ihre Mitschülerin beim Üben des Kopfsprungs.

## **12.7 Weitere Aspekte**

Ob und wie stark Schamgefühle empfunden werden, hängt von vielen Faktoren ab. Eine große Rolle scheinen die Klassengemeinschaft und die Klassenzusammensetzung zu spielen und auch das Alter und die Zeit, wie lange die Schüler und Schülerinnen sich schon kennen und zusammen in die Schule gehen, dürfen nicht außer Acht gelassen werden.

Schülerin B erzählt davon, dass das Schamempfinden durch die gute Klassengemeinschaft abgeschwächt wurde:

Naja, dann sind andere wieder dran gekommen und ich war auch nicht die einzige, der das nicht geglückt ist und es war eigentlich nicht so schlimm, weil wir einfach eine gute Klassengemeinschaft waren. (Schülerin B)

Außerdem schildert sie, dass auch das Einteilen der Teams ohne Probleme ablaufen kann:

Nur irgendwie in letzter Zeit in unserer Klasse ist immer mehr so, dass wir selber die Gruppen entscheiden können, aber ohne wählen, sondern wir teiln uns einfach in mehrere Gruppen. Das funktioniert eigentlich auch ganz gut, weil wir sind eine kleine Klasse und das funktioniert gut, weil wir uns gegenseitig helfen. (Schülerin B)

Schülerin D vergleicht zwei Klassen miteinander:

Also unterschiedlich, in einer Klasse wars so, dass sie denjenigen getröstet haben und eben so gesagt haben: „He nimms nicht persönlich“ und „das war nur ein Spiel.“ Und in der anderen, wo halt viele warn, die auch im Verein gespielt haben, wos dann auch sehr ging: „na komm“ also sehr dieses: „ja du hättest ja helfen können, dann hätten wir gewonnen“ und so was halt. Also auf der einen Seite schon die Unterstützung und dieses, das ist Turnunterricht und das ist unsere Freundschaft und dann halt wieder, dieses extreme: „nein das muss man“ und einfach das es dazu gehört und von einem erwartet wird und die das auch nicht verstehn konnten. (Schülerin D)

Schüler G erlebt Scham nicht allzu häufig, weil sich die Klasse gut versteht:

Das erlebe ich nicht wirklich. Nein wir sind da eher freundschaftlich auch irgendwie in der Klasse und auch zu den Lehrern, dass das nicht wirklich vorkommt, dass du jetzt zu jemandem gehst und sagst: „Ja was kannst das nicht“ das ist ja, das kommt bei uns nicht vor. (Schüler G)

Wir schweigen da eigentlich drüber, weil jeder was hat, was er nicht kann. Und wir kennen auch schon unsere Stärken und Schwächen, so gibt's da eigentlich oder gabs auch nie so was. Also nie wirklich im speziellen Ausmaß, dass man gesagt hat, ja dass man sich zusammengeschlossen hat und gemeinsam geredet hat: „haha der kann das nicht“ weil der konnte dann genauso sagen: „Du kannst das nicht“ und so ham wir das eigentlich nie gemacht. (Schüler G)

Schüler E sieht einerseits die Klasse und andererseits das Alter dafür verantwortlich, dass sich in der Garderobe eher niemand unwohl fühlt:

Nein, aber ich glaub, wir sind überhaupt eher so eine Klasse, die da nicht irgendwie jemanden auslacht oder so. Und ich glaub auch das es wenn dann, wenn man kleiner is. Ich mein in der sechsten Klasse da ist man ja ein bisschen reifer oder so. (Schüler E)

Schülerin C erzählt ebenfalls davon, dass das Verhalten in der Umkleidkabine durch das Alter unproblematischer wurde:

Aber das ist halt im Laufe des Alters, das war halt vielleicht in der zweiten oder dritten, bis dahin halt, aber dann war es nicht mehr und es ist auch mittlerweile wurscht und. Ich hab mit der anderen Klasse turnen und wir kennen uns alle und wir sind gut miteinander und da ist es wurscht wie man ausschaut oder was man anhat. Das ist egal. Also so. (Schülerin C)

Schüler G schildert das veränderte Verhalten von Unterstufe und Oberstufe:

Das Unangenehme ist natürlich, dass du dann jemanden, dass du zu jemandem hingehst und ihn bloßstellst, indem du sagst: „Du kannst das nicht“ und das kam bei mir eigentlich nur in der Unterstufe vor. Das ist halt immer so, wenn alle noch die ganzen Kinder sind und viel Jünger, da kam das eher eigentlich vor. Jetzt in der Oberstufe überhaupt nicht, wenn ich jetzt so denke, dann weiß auch der Sportlehrer mehr, was man gern hat und wo man jemanden zuteilt und so. Und in der Unterstufe eher so, da wars halt so: „du kannst das nicht“. (Schüler G)

## **Fazit**

An Hand einiger Aussagen wird klar, dass das Verhältnis der Schüler und Schülerinnen untereinander großen Einfluss auf die Stärke des Schamerlebnisses hat. Wenn man sich gut versteht und eine gute Klassengemeinschaft herrscht, werden beschämende Situationen nicht ganz so tragisch empfunden.

Außerdem scheinen bewusste bzw. aktive Beschämungen eher in der Unterstufe auftreten und durch das Älter- und Reiferwerden immer seltener vorkommen.

## 13 Zusammenfassung der Forschungsergebnisse

Zum Abschluss der Arbeit kann konstatiert werden, dass Scham im Unterrichtsfach Bewegung und Sport auf jeden Fall auftritt und durch bestimmte Faktoren verstärkt bzw. abgeschwächt wird. Durch die Auswertung der Interviews zeigen sich einige Aspekte, die besonders auf das Empfinden von Schamgefühlen wirken:

- *Das Können/die Leistung und der Körper im Vergleich mit Anderen:* Da der Aspekt Körper und das damit verbundene Können im Sportunterricht eine besonders große Bedeutung haben, tritt Scham vor allem dann auf, wenn bestimmte motorische Aufgaben nicht erfüllt werden können. Die eigenen Leistungen und die eigenen körperlichen Merkmale werden dabei mit anderen verglichen und wenn man sich diesen unterlegen fühlt bzw. der Meinung ist, gewissen Standards nicht gerecht zu werden, entstehen Schamgefühle.
- *Der Blick der Anderen:* Eine sehr wichtige Ursache für das Auftreten von Scham ist der Blick von anderen Personen. Durch die Exponiertheit vor Mitschülern und Mitschülerinnen bzw. der Lehrperson und das damit verbundene Gefühl beobachtet und bewertet zu werden, wird bei Jugendlichen besonders häufig Scham ausgelöst. Im Sportunterricht kommt es wesentlich öfter vor, dass sich die Schüler und Schülerinnen vor den anderen exponieren müssen, indem sie beispielsweise eine Übung vorzeigen müssen, weshalb der Sportunterricht mit Sicherheit ein höheres Schampotenzial als andere Unterrichtsfächer aufweist.
- *Die Lehrperson & die Unterrichtsgestaltung:* Einen entscheidenden Faktor stellt die Lehrperson und deren Gestaltung des Unterrichts dar. Einerseits können Lehrer und Lehrerinnen durch Verhaltensweisen oder bestimmte Aussagen bei Jugendlichen Schamgefühle hervorrufen bzw. diese verstärken, doch haben sie andererseits in umgekehrter Weise die Möglichkeit der unangenehmen Emotion entgegenzuwirken und diese abzuschwächen. Entscheidenden Einfluss haben auch Aufbau und Gestaltung des Sportunterrichts, da diese dafür können, dass Schüler und Schülerinnen möglichst selten in Situationen gänzlicher Exponiertheit gebracht werden und nicht allen Blicken ausgeliefert sind.
- *Das Teamwählen:* Beim Wahlverfahren können zwei Aspekte besonders als besonders unangenehm empfunden werden. Da die Reihenfolge beim Wählen

immer mit Status verbunden ist, wird es als persönliche Niederlage empfunden erst zum Schluss gewählt zu werden. Außerdem wirkt sich diese Methode auch auf Freundschaften aus. Wird man von Freunden und Freundinnen dabei links liegen gelassen, so fühlt man sich für diese nicht mehr gut genug und schämt sich dafür.

- *Die Umkleidekabine:* Auch wenn, wie schon erwähnt, keine der interviewten Personen selbst davon betroffen sind, lässt sich durch die Erzählungen über Mitschüler und Mitschülerinnen dennoch erkennen, dass das Umziehen eine Schamquelle ist, die nicht außer Acht gelassen werden darf. Beispielsweise dickere Kinder, die eventuell der Meinung sind, nicht dem Idealbild bzw. der Norm zu entsprechen, fühlen sich durch Entblößung vor anderen beschämt.
- *Die Klasse:* Die Klasse spielt dahingehend eine Rolle, dass das Verhältnis der Schüler und Schülerinnen untereinander ähnlich wie das Verhalten der Lehrperson Schamgefühle positiv bzw. negativ beeinflussen kann.

Hinsichtlich des Geschlechts kristallisierten sich keine wirklichen Unterschiede heraus. Bei den Interviews ist lediglich aufgefallen, dass sich die Schülerinnen eventuell leichter dabei getan haben über ihre eigenen Schamgefühle zu sprechen, während die Schüler immer ein wenig zögerten bzw. man genauer nachfragen musste. Diese Beobachtung würde dem in Kapitel 8.1 beschriebenen Unterschied entsprechen, dass Männer es erstrebenswert finden, Scham überhaupt nicht zu empfinden.

Natürlich können nicht alle Schamquellen aus dem Sportunterricht verbannt werden, doch besteht für Pädagogen und Lehrpersonen die Verpflichtung sich mit dem Thema auseinanderzusetzen und nicht einfach unbeachtet zu lassen. Denn dass Scham im Sportunterricht auftritt, ist bewiesen und es muss versucht werden diese so gering wie möglich zu halten und zu verhindern, dass es zu längerfristigen Folgen kommt.

## Literaturverzeichnis

- Achtergarde, F. (2007). *Selbständiges Arbeiten Sportunterricht. Ein Sportmethodenhandbuch*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Amering, M. & Griengl, H. (1998). Verlegenheit - Peinlichkeit - embarrassment - embarrassability. In H. Katschnig, U. Demal & J. Windhaber (Hrsg.), *Wenn Schüchternheit zur Krankheit wird ... Über Formen, Entstehung und Behandlung der Sozialphobie* (S. 33–38). Wien: Facultas-Univ.-Verl.
- Auras, T. (2008). "Gib dem Gerhard auch mal den Ball!". *Sportpädagogik* 32 (6), 10–11.
- Baer, U. & Frick-Baer, G. (2008a). *Vom Schämen und Beschämtwerden*. Weinheim, Basel: Beltz.
- Baer, U. & Frick-Baer, G. (2008). *Wie Kinder fühlen*. Weinheim, Basel: Beltz.
- Bahrtdt, H.P., Baethge, M. & Essbach, W. (Hrsg.) (1983). *Soziologie, Entdeckungen im Alltäglichen. Hans Paul Bahrtdt, Festschrift zu seinem 65. Geburtstag*. Frankfurt, New York: Campus.
- Bastian, T. (1998). *Der Blick, die Scham, das Gefühl. Eine Anthropologie des Verkannten*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Berger, D. (2010). *Wissenschaftliches Arbeiten in den Wirtschafts- und Sozialwissenschaften. Hilfreiche Tipps und praktische Beispiele* (Lehrbuch) (1. Aufl.). Wiesbaden: Gabler.
- Bernet, R. (1997). Das Schamgefühl als Grenzgefühl. Phänomenologische und psychoanalytische Betrachtungen zu Trieb und Wert. In R. Kühn, M. Raub & Michael Titze (Hrsg.), *Scham - ein menschliches Gefühl. Kulturelle, psychologische und philosophische Perspektiven* (S. 145–158). Opladen: Westdt. Verl.
- Blankenburg, W. (1997). Funktionen der Scham. In R. Kühn, M. Raub & Michael Titze (Hrsg.), *Scham - ein menschliches Gefühl. Kulturelle, psychologische und philosophische Perspektiven* (S. 179–187). Opladen: Westdt. Verl.
- Bradshaw, J. (1993). *Wenn Scham krank macht. Ein Ratgeber zur Überwindung von Schamgefühlen* (Dt. Erstausg.). München: Droemer Knauer.
- Chu, V. & Heras, B.d.l. (1994). *Scham und Leidenschaft*. Zürich: Kreuz.
- Dreitzel, H.P. (1983). Peinliche Situationen. In H.P. Bahrtdt, M. Baethge & W. Essbach (Hrsg.), *Soziologie, Entdeckungen im Alltäglichen. Hans Paul Bahrtdt, Festschrift zu seinem 65. Geburtstag* (S. 148–173). Frankfurt, New York: Campus.

- Elias, N. (1997). *Über den Prozeß der Zivilisation. Soziogenetische und psychogenetische Untersuchungen. Band II: Wandlungen der Gesellschaft. Entwurf zu einer Theorie der Zivilisation* (Suhrkamp-Taschenbuch Wissenschaft, 2). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Erikson, E.H. (1973). *Identität und Lebenszyklus. 3 Aufsätze*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Erikson, E.H. (2005). *Kindheit und Gesellschaft* (14. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Goffman, E. (1975). *Stigma. Über Techniken der Bewältigung beschädigter Identität* (10. Aufl.). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Hartmann, E.v. (2006). *Die Gefühlsmoral*. Hamburg: F. Meiner Verlag.
- Heller, Á. (1981). *Theorie der Gefühle* (Ungekürzte Studienausg.). Hamburg: VSA-Verlag.
- Hermann, U., Götze, L. & Heller, K. (1996). *Die neue deutsche Rechtschreibung*. München: Bertelsmann Lexikon.
- Hilgers, M. (1996). *Scham. Gesichter eines Affekts*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hilgers, M. (1997). Die Infrarote Schamlosigkeit. Exhibitionismus, Voyeurismus und die elektronischen Medien. In R. Kühn, M. Raub & Michael Titze (Hrsg.), *Scham - ein menschliches Gefühl. Kulturelle, psychologische und philosophische Perspektiven* (S. 87–96). Opladen: Westdt. Verl.
- Hussy, W., Schreier, M. & Echterhoff, G. (2010). *Forschungsmethoden in Psychologie und Sozialwissenschaften - für Bachelor*. Berlin, Heidelberg: Springer.
- Izard, C.E. (1994). *Die Emotionen des Menschen. Eine Einführung in die Grundlagen der Emotionspsychologie* (3. Aufl.). Weinheim: Beltz, Psychologie-Verl.-Union.
- Jacoby, M. (1991). *Scham-Angst und Selbstwertgefühl. Ihre Bedeutung in der Psychotherapie*. Olten: Walter.
- Kalbe, W. (2002). *Scham – Komponenten, Determinanten, Dimensionen*. Hamburg: Universität Hamburg.
- Katschnig, H., Demal, U. & Windhaber, J. (Hrsg.) (1998). *Wenn Schüchternheit zur Krankheit wird ... Über Formen, Entstehung und Behandlung der Sozialphobie*. Wien: Facultas-Univ.-Verl.
- Kleemann, F., Krähnke, U. & Matuschek, I. (2007). *Interpretative Sozialforschung. Eine Einführung in die Praxis des Interpretierens* (1. Aufl.). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Klinge, A. (2009). Die Scham ist nie vorbei! Beschämung im Schulsport - eine sportpädagogische Herausforderung. *Sportunterricht*, 58 (10), 296–301.

- Krieger, C. (2011, 2011). *Sportunterricht als Erziehungsgeschehen. Zur Rekonstruktion sportunterrichtlicher Situationen aus Schüler- und Lehrersicht* (1. Aufl.). Köln: Sportverl. Strauß.
- Krippner, K. & Steiner, B. (2006). *Psychotraumatheorie. Tiefenpsychologisch-imaginative Behandlung von traumatisierten Patienten*. Stuttgart u.a: Schattauer.
- Kühn, R., Raub, M. & Michael Titze (Hrsg.) (1997). *Scham - ein menschliches Gefühl. Kulturelle, psychologische und philosophische Perspektiven*. Opladen: Westdt. Verl.
- Kühn, R. & Titze, M. (1997). Scham als reiner Affekt im Licht psychologisch- und radikal-phänomenologischer Reduktion. In R. Kühn, M. Raub & Michael Titze (Hrsg.), *Scham - ein menschliches Gefühl. Kulturelle, psychologische und philosophische Perspektiven*. Opladen: Westdt. Verl.
- Kurig, J. (Hrsg.) (2008). *Neue Pädagogik und alte Gehirne? Erziehung und Bildung in evolutionstheoretischer Sicht* (Beiträge zur evolutionären Pädagogik, 2). Berlin: Lit-Verl.
- Landweer, H. (1999). *Scham und Macht. Phänomenologische Untersuchungen zur Sozialität eines Gefühls*. Tübingen: Mohr Siebeck.
- Lepine, J.-P. & Simon, V. (1998). Überlegungen zum Begriff der Schüchternheit. In H. Katschnig, U. Demal & J. Windhaber (Hrsg.), *Wenn Schüchternheit zur Krankheit wird ... Über Formen, Entstehung und Behandlung der Sozialphobie* (S. 47–53). Wien: Facultas-Univ.-Verl.
- Lewis, M. (1995). *Scham. Annäherung an ein Tabu* (Vollst. Taschenbuchausg.). München: Droemer Knauer.
- Lietzmann, A. (2003). *Theorie der Scham. Eine anthropologische Perspektive auf ein menschliches Charakteristikum*. Tübingen.
- Lynd, H.M. (1958). *On shame and the search for identity* (1. Aufl.). New York: Harcourt, Brace.
- Mariauzouls, C. (1996). *Psychophysiologie von Scham und Erröten*. München, Univ., Diss., 1996. Zürich: Adag Copy AG.
- Marks, S. (2011). *Scham - die tabuisierte Emotion* (3. Aufl.). Düsseldorf: Patmos.
- Neckel, S. (1991). *Status und Scham. Zur symbolischen Reproduktion sozialer Ungleichheit*. Frankfurt, New York: Campus Verlag.
- Neckel, S. (2000). *Die Macht der Unterscheidung. Essays zur Kulturosoziologie der modernen Gesellschaft* (Veränd. und erw. Neuausg.). Frankfurt/Main: Campus.

- Pernlochner-Kügler, C. (2004). *Körperscham und Ekel - wesentlich menschliche Gefühle*. Münster: Lit-Verl.
- Pfau, B. (1998). *Scham und Depression. Ärztliche Anthropologie eines Affektes*. Stuttgart: Schattauer.
- Pfeifer, W. (2005). *Etymologisches Wörterbuch des Deutschen* (2. Aufl.). München: Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Resch, F. (1998). Stigma, Minderwertigkeitsgefühl und soziale Ängste bei Kindern und Jugendlichen. In H. Katschnig, U. Demal & J. Windhaber (Hrsg.), *Wenn Schüchternheit zur Krankheit wird ... Über Formen, Entstehung und Behandlung der Sozialphobie* (S. 81–89). Wien: Facultas-Univ.-Verl.
- Rutschky, K. (Hrsg.) (1977). *Schwarze Pädagogik. Quellen zur Naturgeschichte der bürgerlichen Erziehung* (Ullstein-Buch, 3318). Frankfurt/Main, Berlin, Wien: Ullstein.
- Salentin, K. (2002). *Armut, Scham und Stressbewältigung. Die Verarbeitung ökonomischer Belastungen im unteren Einkommensbereich* (1. Aufl.). Wiesbaden: Dt. Univ.-Verl.
- Sartre, J.-P. (1952). *Das Sein und das Nichts. Versuch einer phänomenologischen Ontologie* (1. - 4. Tsd.). Hamburg: Rowohlt.
- Schäfer, A. & Thompson, C. (Hrsg.) (2009). *Scham* (1. Aufl.). Paderborn: Schöningh Paderborn.
- Schäfer, A. & Thompson, C. (2009). Scham - eine Einführung. In A. Schäfer & C. Thompson (Hrsg.), *Scham* (S. 7–36). Paderborn: Schöningh Paderborn.
- Scheler, M. (1957). *Schriften aus dem Nachlass. Zur Ethik und Erkenntnislehre* (2. Aufl.). Bern: Francke Verlag.
- Schulheiss, C. (1997). Scham und Normen. Überlegungen aus sozialwissenschaftlicher und analytisch-philosophischer Sicht. In R. Kühn, M. Raub & Michael Titze (Hrsg.), *Scham - ein menschliches Gefühl. Kulturelle, psychologische und philosophische Perspektiven* (S. 97–109). Opladen: Westdt. Verl.
- Sesink, W. (2001). *Einführung in die Pädagogik. Darmstädter Vorlesungen* (Bildung und Technik, 1). Münster: Lit-Verl.
- Simmel, G., Dahme, H.-J. & Rammstedt, O. (1995). *Schriften zur Soziologie. Eine Auswahl* (1. Aufl.). Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Sobiech, G. (2008). Weg mit den Schablonen! *Sportpädagogik* 32 (6), 12–14.
- Sobiech, G. & Marks, S. (2008). Beschämung vermeiden: Anderssein akzeptieren. *Sportpädagogik* 32 (6), 4–8.

- Stowasser, J.M., Petschenig, M. & Skutsch, F. (1997). *Stowasser. Lateinisch - deutsches Schulwörterbuch: österreichische Schulausgabe* (Österreichische Schulausgabe). Wien: öbv & hpt.
- Teuschel, P. (2010). *Mobbing. Dynamik - Verlauf - gesundheitliche und soziale Folgen*. Stuttgart, New York: Schattauer.
- Tiedemann, J. (2007). *Die intersubjektive Natur der Scham*. Berlin.
- Tisseron, S. (2000). *Phänomen Scham. Psychoanalyse eines sozialen Affektes*. München: Reinhardt.
- Tomkins, S.S. (1963). *Affect Imagery Consciousness. Volume II The Negative Affects*. New York: Tavistock.
- Vollmuth, M. (2008). "Entschuldigung, mir geht's nicht gut!". *Sportpädagogik* 32 (6), 26–28.
- Weigelt, L. (2008). „Ich fass' doch kein Mädchen an". *Sportpädagogik* 32 (6), 15–17.
- Wurmser, L. (1993). *Die Maske der Scham. Die Psychoanalyse von Schamaffekten und Schamkonflikten* (2. Aufl.). Berlin: Springer.
- Zimmer, A.-C. (2008). Schamlos mit Regeln spielen. *Sportpädagogik* 32 (6), 20–23.

### **Internetquellen**

- Aristoteles (322 v. Chr). Nikomachische Ethik. <http://www.textlog.de/33468.html>  
 [Zugriff am 22.01.2013]

# Anhang

## *Der Interviewleitfaden*

### **Einstieg – Persönliche Fragen – Überleitung zum eigentlichen Thema**

<b>Thema</b>	<b>Hauptfragen</b>	<b>Unterfragen</b>
Alter	Wie alt bist du?	In welche Klasse gehst du?
Schule	Welchen Schulzweig besuchst du?	
Sport	Was bedeutet Sport für dich?	Machst du Sport in deiner Freizeit? Welchen ?  Seit wann machst du Sport? Hast du schon als Kind Sport gemacht?  Wie sportlich schätzt du dich ein?
Überleitung zum Sportunterricht	Kannst du dich an unangenehme Situationen im Sportunterricht erinnern?	Was war in dieser Situation unangenehm für dich?  Hast du in der Situation Scham empfunden?
Überleitung zu Scham Begriffsklärung	Was fällt dir zu Scham ein?	Was assoziiert du mit dem Begriff Scham?  Was ist für dich der Unterschied zwischen Scham, Beschämung?  Was bedeutet für dich Peinlichkeit und Verlegenheit?

### **Schamsituationen im Sportunterricht**

<b>Thema</b>	<b>Hauptfragen</b>	<b>Unterfragen</b>
Schamsituationen im Sportunterricht	Scham kann auch eine Möglichkeit sein, warum die	Wer war an dieser Situation beteiligt?

	<p>Situation unangenehm ist. Kannst du dich an eine oder mehrere Situationen erinnern in denen Klassenkameraden/-kameradinnen im Sportunterricht Scham empfunden haben?</p> <p>Kannst du dich an eine oder mehrere Situationen erinnern in denen du Scham empfunden hast?</p>	<p>Was war für dich genau das Beschämende?</p> <p>Was ist dir durch den Kopf gegangen?</p> <p>Welche Gefühle hast du empfunden?</p> <p>Wie hast du dich in der Situation verhalten?</p> <p>Hatte das Erlebnis längerfristige Folgen?</p> <p>Versuchst du Schamsituationen aus dem Weg zu gehen? Wie machst du das?</p>
<p>Spezielle Situationen</p> <p>Vorzeigen</p>	<p>Der/die Lehrer/in bittet dich, etwas vorzuzeigen, was denkst bzw. fühlst du dabei?</p>	<p>Warum machst du das (nicht) gerne?</p> <p>Trifft das auf alle derartigen Situationen zu.</p> <p>Gefällt es dir, wenn dir die anderen beim Vorzeigen zuschauen?</p> <p>Was gefällt bzw. stört dich dabei?</p>
<p>Prüfungen</p>	<p>Gibt bzw. gab es im Sportunterricht bei euch Prüfungen? Wie laufen/liefen die ab?</p>	<p>Wie geht es dir bei solchen Prüfungen?</p> <p>Hast du dich dabei schon einmal geschämt? Was waren die Gründe dafür?</p>
<p>Garderobe</p>	<p>Kannst du mir erzählen, was in der Garderobe alles passiert? Wie wird beim Umziehen miteinander</p>	<p>Gibt es Situationen, die bei Mitschülern/Mitschülerinnen dazu führen, dass sie sich schämen?</p>

	umgegangen?	Z.B. Äußerungen oder Verhalten Anderer.  Gibt es Situationen, die bei dir dazu führen, dass du dich schämst? Z.B. Äußerungen oder Verhalten Anderer  Kannst du mir beschreiben was dann in dir vorgeht?
Empathische Scham	Wie fühlst du dich, wenn sich ein/e Freund/in schämt bzw. beschämt wird?  Wie geht die Klasse damit um, wenn sich jemand offensichtlich schämt?	Wie reagierst du?

### Das Verhalten des/der Lehrers/Lehrerin

Thema	Hauptfragen	Unterfragen
Das Lehrer/innenverhalten	Was findest du am Verhalten von Sportlehrer/innen gut und was schlecht?	Wie geht dein/e Lehrer/in damit um, wenn sich jemand schämt? Wie reagierten deine anderen Lehrer/innen? Welche Unterschiede gibt es?
Beschämung durch die Lehrperson	Gibt es Situationen, in denen du oder andere sich geschämt haben, aufgrund des Verhaltens, einer Aussage, der Körpersprache oder einer Reaktion des/der Lehrers/Lehrerin?  Hast du schon einmal erlebt, dass ein/e Lehrer/in Beschämung benutzt hat, um jemanden zu bestrafen?	Kannst du mir die Situation beschreiben? Was genau hat dabei die Scham ausgelöst?
Vergleiche zwischen den Lehrpersonen	Gibt es Lehrer/innen bei denen sich öfter jemand	Woran liegt das deiner Meinung nach?

	<p>schämt oder beschämende Situationen entstehen?</p> <p>Hängt die Häufigkeit von beschämenden Situationen deiner Meinung nach mehr von der Art des/der Lehrers/Lehrerin ab, oder mehr von der Gestaltung des Unterrichts ab?</p>	<p>Warum glaubst du das?</p>
--	---	------------------------------

### Abschluss

Thema	Hauptfragen	Unterfragen
Gedanken, die noch nicht zum Ausdruck gebracht wurden	<p>Fällt dir noch etwas über Scham ein, was du mir erzählen möchtest?</p> <p>Wie würde abschließend deine Definition von Scham lauten?</p>	

### Transkription des Interviews mit Schüler A

Datum: 11.02.2013

I: Also erzähl mir mal kurz von dir, wie alt bist du, in welche Schule gehst du?

A: Also ich bin 16 Jahre alt, gehe auf die Graphische, war vorher in einem Gymnasium, ja.

I: Wenn du generell an Sport denkst, was bedeutet dir Sport?

A: Früher hat er eben nicht so eine große Rolle gespielt, aber jetzt schon eher mehr, jetzt wo ich halt älter bin.

I: Was machst du für Sportarten?

A: Ja Sport direkt nicht, aber ich geh halt ins Fitnesscenter, so dreimal die Woche, is eigentlich kein richtiger Sport, aber zählt (SCHMUNZELT)

I: Und als Kind hast du nicht in einem Verein gespielt?

A: Doch, ich hab mal Tennis, Fußball, alles durchprobiert, aber eigentlich nirgends wirklich hängen geblieben, sozusagen

- I: Und würdest du dich generell als sportlich einschätzen?
- A: Naja sportlich wär zu viel des Guten, aber durchschnittlich eigentlich, also unsportlich sicher nicht.
- I: Ich hab eh schon kurz gesagt, es geht um unangenehme Situationen und vor allem Scham. Was fällt dir, wenn du an Scham denkst, ganz spontan dazu ein?
- A: Also keine Ahnung, wenn man jetzt so im Turnunterricht, sagen wir mal, etwas übergewichtiger ist, könnte sich das irgendwie problematisch, könnte es problematisch sein für die Betroffenen eben und das halt unangenehm ist, zum Beispiel.
- I: Was glaubst du, ist wie die dann genau unangenehm?
- A: Naja zum Beispiel, dass die sich dann nicht so bewegen wollen, weil die doch schneller schwitzen oder, keine Ahnung sich nicht umziehen wollen oder sonst irgendwas.
- I: Hast du das schon mal beobachtet, weil du gesagt hast, dass sie sich nicht umziehen wollen, ist dir das auch schon mal aufgefallen?
- A: Naja jetzt an der Schule nicht direkt, da sind alle relativ durchschnittlich, vorher auch nicht unbedingt, aber dann halt schon, da waren jetzt halt nicht wirklich Fettleibige, aber bisschen übergewichtigere, korpulentere, das, die ham sich halt dann schon immer weggedreht, oder so, oder sind dann irgendwo anders hingegangen, in ein Eck gegeben die Sachen und so, also nicht direkt im Mittelpunkt. Sie ham sich halt eher zurückgezogen.
- I: Weil du gleich die Garderobe angesprochen hast, bleiben wir kurz dabei. Wie ist das so, oder wenn du an die vorige Schule denkst, wie ist das Umziehen so abgelaufen? Wie war das Klima und wie haben sich zum Beispiel die anderen so verhalten?
- A: Naja das war jetzt nicht so ein, wie soll ich sagen, es war jetzt, es hat nicht so eine Rolle gespielt, wir ham uns einfach umgezogen, das war jetzt nicht so der Fall, dass wir die dumm angeschaut haben, das war zum Glück halt nie wirklich der Fall. Die anderen ham halt Rücksicht genommen, die anderen in der Ecke sich umziehen lassen, war jetzt nicht so interessant, sag ich mal.
- I: Ok, und wenn du kurz überlegst, zwischen Scham und Beschämung denkst, was ist der Unterschied für dich, ist da ein Unterschied?
- A: Mhm Scham und Beschämung, mhm naja man kann sich halt eben eine Scham von sich aus empfinden, so halt eben durch dauerhafte Bedingungen, wenn ich zum Beispiel etwas dicker bin, dann schäm ich mich halt dauerhaft. Aber man kann natürlich auch beschämt werden durch irgendwie aktuelle Handlungen, wenn man irgendwo einen Fleck hat oder irgendwo ein Loch oder solche Sachen. Also dass Scham irgendwie ein längerer dauerhafter Zustand ist, aber beschämend kann ja bald was sein.

- I: Ok, und es gibt ja auch Peinlichkeit und Verlegenheit, was assoziiert mit den Begriffen?
- A: Naja Verlegenheit bezieht sich ja oft auf sich selbst, sozusagen als Person, wenn wir wieder das klassische Beispiel Übergewicht nehmen, zum Beispiel aber wenn etwas peinlich ist, das kann bald was sein, zum Beispiel ich schütt mich mit Trinken an, oder patz mich an, das ist dann halt peinlich, aber verlegen ist dann halt schon mehr sozusagen.
- I: Gut, kommen wir wieder zu Situationen und bleiben auch gleich wieder Mitschülern. Kannst du an eine Situation in der Schule erinnern, wo sich wirklich eine Mitschülerin oder ein Mitschüler von dir wirklich geschämt hat?
- A: Äähm ja in der vorigen Schule, da hatten wir eben das letzte Jahr einen Lehrer, der war halt eben ein bisschen strenger nicht so direkt, er war nicht unfreundlich oder so aber er war halt, er hat sein Fach ernst genommen, sag ich jetzt mal und eben so Liegestütze und Sit-Ups. Und es gab eben einen Schüler, der war etwas stärker und der hat sich dann bei den Übungen eben sehr schwer getan, sag ich mal und ist dann eben auch wieder eher nach außen, ganz nach außen gegangen, ja aber sonst
- I: Das heißt das Schämen hat sich darin gezeigt, dass er sich wieder zurückziehen wollte
- A: Ja genau, immer nach außen halt
- I: Und ist dir sonst noch was bei ihm aufgefallen, wie er reagiert hat oder hast du mit ihm darüber gesprochen?
- A: Nein nicht wirklich darüber gesprochen, nein.
- I: Wenn du zurück denkst, was hast du dabei gedacht, wie du das beobachtet hast?
- A: Na es hat mir halt eben bisschen leid getan, dass der da jetzt so in der Ecke ist und keine Liegestütz zusammenbringt. Zum Beispiel, sich halt richtig geplagt hat bei der Handlung. Und für die anderen war das halt Liegestütze, ok.
- I: Mach ma halt
- A: Mach halt, dass er Ruhe gibt, aber für den war das halt eine größere Sache und halt ein Problem sozusagen.
- I: Mhm, und wie hat der Lehrer, weil du ihn ja vorher speziell angesprochen hast, dass er sein Fach ernst genommen hat, wie hat der auf solche Situationen oder auf die Situation reagiert?
- A: Nicht wirklich reagiert, er hats halt eben schon bemerkt, ich weiß nicht, ob er mit ihm darüber geredet hat, das weiß ich nicht, er hats aber eben schon gesehen und Rücksicht auf drauf genommen, zum Beispiel wenn jetzt irgendwelche anderen einfach nur faulen Schüler jetzt nicht mitgemacht haben, dann war der halt schon strenger, aber bei dem er schon Rücksicht genommen, dass er es eben nicht kann und nicht nicht will. Also der Wille war da, aber es geht halt nicht.

- I: Verstehe, und was glaubst du, wie merkt man generell, dass sich jemand schämt, außer dass er sich zurückzieht?
- A: Naja eben zurückziehen oder irgendwie halt umschaun, ob eh ja keiner schaut, also in alle Richtungen schau, jeden anschauen, oder halt rot werden, schwitzen.
- I: Und das hast du auch schon alles beobachtet?
- A: Ja schon, das kommt vor.
- I: Und gibt es bei dir irgendwelche Situationen, wenn du an den Sportunterricht denkst, die dir unangenehm waren?
- A: Ich persönlich hatte eigentlich nie Probleme damit, war halt eben Sportunterricht, hatte keine Probleme damit, nicht wirklich.
- I: Und gibt es bei dir sonst irgendwelche Situationen, muss nicht aus dem Sportunterricht sein, die für dich in der Schule besonders unangenehm sind oder waren?
- A: Naja unangenehm, das ist halt eben die klassische Prüfungssituation, da ist man nervös oder so, aber das ist nicht wirklich unangenehm, das würd ich nicht sagen. Wenn man geprüft wird ist man halt nervös.
- I: Ja, und habt ihr Prüfungen im Sportunterricht oder hattets ihr in der vorigen Schule?
- A: Nein jetzt nicht (LACHT) da machen wir ja nichts, aber in der alten schon teilweise. Zum Beispiel, wenn wir irgendeine Übung öfter gemacht haben, so keine Ahnung, ein Rad oder einen Handstand oder so was, das hat er sich halt angeschaut und sich notiert, wie man das gemacht hat, aber Prüfung an sich nicht.
- I: Wie ist das genau abgelaufen?
- A: Naja da waren eben Mattenbahnen, dann war der Lehrer da, jeder hat die Übung halt gemacht, keine Ahnung eine Rolle oder ein Rad oder bla bla bla, er hat sich angeschaut und kurz gesagt, ja das und das, es war schief, es war keine Ahnung, könnte man besser machen, Körperspannung und dann hat er sich das eben notiert.
- I: Ok, und habt ihr jeder einzeln vormachen müssen, oder?
- A: Ja jeder einzeln, also so halt die Liste durch runter.
- I: Und die anderen?
- A: Die anderen ham daweil zugeschaut oder was anderes gemacht, oder. Es war meistens so, die ham daweil irgendwie Ball gespielt oder so und in der Ecke war dann irgendwo die Matte und dann hat er halt immer gerufen, wer kommen soll und ja.
- I: Ok, und wenn du dich an die Prüfungssituation halt erinnerst, wie war das für dich, warst du besonders nervös, wenn die anderen zugeschaut haben?

- A: Nicht wirklich, das war eben, ja ok, er will ein Rad sehen, dann mach mas halt. Das war halt so, weil es war eben nicht so ein Prüfungsstress, über den man sich jetzt so Gedanken macht. Ich habs halt gemacht und wenns nicht gepasst hat, hats nicht gepasst.
- I: Ok
- A: War nicht so tragisch
- I: Und der Lehrer hat jetzt auch nicht vor allen verkündet, wenn jemand besonders schlecht war?
- A: Nein er hat sich eben notiert, ja das musst du öfter machen oder so, oder halt üben oder noch mal versuchen wenns jetzt irgendwie nicht so gut war. Aber so drastisch wars da jetzt nicht.
- I: Das heißt du hattest bis jetzt keine einprägenden Schamerlebnisse oder so was im Sportunterricht?
- A: Nein nicht wirklich, alles ganz passabel.
- I: Ok, und wenn du jetzt in einer Situation warst, wo du was vorzeigen musstest, hast du das gerne gemacht?
- A: Gerne wäre zuviel, aber es hat mich auch nicht gestört an sich, wenn er will das ichs vorzeige, dann hab ichs halt gemacht. Das war jetzt kein Problem, egal obs ich gekonnt hab oder nicht. Ich hab damit nicht so ein Problem (LACHT), das war nicht so tragisch
- I: Alles klar. ok, fallen dir sonst noch irgendwelche Situationen aus dem Sportunterricht ein oder auch Situationen die mit dem Sportunterricht zu tun haben, es muss nicht direkt im Turnsaal sein? So wie das Beispiel in der Garderobe. Wo sich eine Person geschämt hat? Wo du das Gefühl hattest, dass die sich geschämt hat?
- A: Einmal vor zwei Jahren, da waren wir eben draußen im Hof und sind da gelaufen, das war halt im Sommer, es war halt wärmer und da ist einer nicht kolapiert, aber eben er konnte halt nicht weiter laufen und das ham halt dann alle gemerkt, aber das war halt dann nicht Scham, sondern ja eher Panik. Scham an sich nicht, glaub ich.
- I: Wie wurden bei euch bei Ballspielen, wie Fußball oder Basketball, die Mannschaften zusammengestellt, wie habt ihr die eingeteilt?
- A: Naja manchmal gewählt und manchmal wurde es auch vom Lehrer zusammengewürfelt, das kommt halt immer drauf an. Zum Beispiel bei Fußball wurde es eingeteilt, weil da gabs eben die, die im Fußballverein und so, die halt gut waren und die, die weniger gut waren, da wurde es halt eingeteilt. Aber bei so Sportarten, die eben einfacher nicht direkt, aber halt, wo jeder so ziemlich gleich war, da konnte man es sich aussuchen. Bei Sportarten wo eindeutig welchen besser waren, da hat man das halt eingeteilt, damit halt nicht gut gegen schlecht spielt.
- I: Das hat der Lehrer gemacht?

- A: Ja genau
- I: Wo warst du da immer, bist du eher früher eingeteilt worden, also bei den ersten, oder eher am Schluss?
- A: Also bei Fußball, da wars eben, da war ich eher... bei den Schlechteren, wäre zu viel gesagt, aber bei den weniger Guten.
- I: Und hat dich das gestört?
- A: Nein, das war halt so.
- I: Ok, genau das wollt ich dich noch Fragen. Wenn du merkst, dass sich ein Freund von schämt, oder in einer unangenehmen Situation ist, was geht in dir da vor, was empfindest du da, oder welche Gedanken?
- A: Naja wenn sich jetzt jemand bewusst schämt, also ein Freund von mir, dann red ich halt mit ihm und frag ihn so, ja was los, und wenn das halt irgendwie ein Problem ist, gehen wir halt in die Garderobe, würde ich mit ihm in die Garderobe gehen oder halt irgendwo außerhalb und halt drüber reden. Aber war jetzt noch nie wirklich der Fall.
- I: Ja, und wie reagiert die Klasse, oder deine vorige Klasse generell auf Situationen, wo sich jemand schämt. Zum Beispiel, klassisch, jemand weiß eine Antwort nicht, die man aber eigentlich wissen sollte?
- A: Naja das kommt halt eben drauf an, wie jetzt die Frage ist, ich mein keine Ahnung, wenn man jetzt in Chemie eine Formel von einem Molekül nicht weiß, ist das eine Sache, aber wenn man jetzt zum Beispiel in Deutsch nicht weiß, was das Prädikat in einem Satz ist, das eben gravierender.
- I: Und wenn so was vorkommt, wie reagiert da die Klasse?
- A: Naja wenn das jetzt eindeutige Sachen sind, die man eigentlich wissen müsste in einer Oberstufe, dann ist das natürlich, da muss man dann halt eben, da lacht die Klasse zwangsläufig.
- I: Verstehe, ok gehen wir wieder zum Sportunterricht zurück, weil das Hauptthema ist Sportunterricht klarerweise. Wenn du jetzt an die verschiedenen Lehrer denkst, was findest du generell am Verhalten von denen gut und was findest du weniger gut oder schlecht?
- A: Mmm naja unser jetziger Lehrer ist ok, der schaut halt nur zu und macht die Anwesenheit. Der ist ganz ok, gibt's nicht viel zu sagen. Der macht die Anwesenheit und dann machen wir eben was wir wollen in der Sport und Funhalle. Früher, der eine Lehrer hats halt ernster genommen, aber das war halt auch nicht wirklich ein Problem für mich. Das ist ja nichts Schlechtes.
- I: Hast du in der vorigen Schule immer diesen Lehre gehabt?
- A: Nein, da hatten wir in der ersten Klasse einen, dann in der zweiten und dritten und in der vierten wieder einen anderen. Also drei verschiedene.

- I: Wenn du jetzt die Lehrer miteinander vergleichst, haben sich bei manchen mehr unangenehme Situationen ergeben?
- A: Naja der zweite Lehrer war eben schon ein bisschen älter, kurz vor der Pension wahrscheinlich noch nicht, aber nicht weit entfernt, und der war halt eben schon eher ein bisschen ausgelaugt, sag ich jetzt mal und jetzt nicht wirklich mehr so enthusiastisch wie halt ein jüngerer Lehrer. Weil in der vierten eben hatten wir dann einen Lehrer, da waren wir seine erste Klasse und war dann natürlich engagiert und alles. Das war halt der Unterschied, alter Lehrer junger Lehrer.
- I: Und im Bezug auf Schamsituationen hat es keine großen Unterschiede gegeben?
- A: Nein, nicht wirklich, nein.
- I: Und gabs irgendeine Situation, wo du glaubst, dass wirklich nur der Lehrer, zum Beispiel durch eine Aussage, eine Gestik, oder wie er geschaut hat oder wie er sich verhalten hat, ein unangenehmes oder schlechtes Gefühl verursacht hat?
- A: Aah, nicht direkt in Sport, in Turnen nicht wirklich, nein, da waren die Lehrer eh ganz gut.
- I: Das heißt sie haben Rücksicht genommen und sie sind auch auf die unterschiedlichen Stärken der Schüler eingegangen?
- A: Mmmh
- I: Und es hat auch nicht Situationen gegeben, wo eine du meinst, dass ein Lehrer bewusst jetzt so eine beschämende Situation verwendet hat, um jemand anderen zu bestrafen?
- A: Nein, das war bei uns eigentlich nie der Fall, kann aber sicher vorkommen.
- I: Perfekt, das heißt bei euch ist Scham im Sportunterricht jetzt nicht so oft vorgekommen, auch nicht bei anderen.
- A: Bei uns jetzt nicht wirklich, so direkt.
- I: Und meinst du, das hängt viel mit den Lehrern zusammen?
- A: Nein nicht direkt mit den Lehrern, ich mein wenn man eben stärker ist, dann ist man das halt, da kann ja der Lehrer nichts dafür. Aber sonst, ich mein es gibt sicher Lehrer, die da irgendwie ungut sind oder so, aber bei uns war das nie der Fall.
- I: Ok, dann sind wir eigentlich eh schon fast am Ende. Fallt dir noch irgendwas ein über Scham in der Schule, oder im Sportunterricht, was mir noch irgendwie weiterhelfen könnte, oder du mir noch erzählen willst
- A: Naja, mmmh einmal, das war jetzt nicht im Sportunterricht direkt, aber in Deutsch, da hat eben ein stärkerer Schüler eben seinen Stift runterfallen lassen, der war eben unter dem Tisch und er hat halt versucht mit dem Fuß so den Stift zu bekommen und die

Deutschlehrerin ist dann eben vorne gesessen und hat so gemeint: „ja ... steh halt auf und hol den Stift, ein bisschen Bewegung wird dir sicher nicht schaden.“ Und der war halt eben Stärker.

I: Wie hat da die Klasse reagiert?

A: Ja die Klasse hat natürlich gelacht, das war klar, wenn das diese Lehrerin eben so heraus posaunt.

I: Hast du den ... beobachtet?

A: Naja er war jetzt eher verärgert eigentlich als jetzt irgendwie beschämt oder so. Weil der konnte nicht wirklich mit der Lehrerin eben. Da war generell so eine Spannung.

I: Ok gut, letzte Frage. Wie würde jetzt deine eigene Definition von Scham lauten?

A: Naja, wenn einem gewisse Handlungen oder Merkmale oder Aspekte jetzt peinlich sind oder man halt nicht möchte, dass andere direkt eben das sehen oder mitbekommen, oder so. Zum Beispiel wenn man sich jetzt irgendwie Mayonnaise auf dem Leiberl oder so, dann macht man halt die Jacke zu oder so was oder wenn man jetzt stärker ist, zieht man halt jetzt nicht irgendwie engere Sachen an, sondern eher lockere Kleidung, dass das jetzt nicht so auffällt.

I: Perfekt, dann danke auf jeden Fall, dass du mir geholfen hast.

ENDE DES INTERVIEWS

## **Transkription des Interviews mit Schülerin B**

Datum: 13.02.2013

I: So es geht los. Wie alt bist du?

B: Ich bin 16 Jahre alt.

I: In welche Schule gehst du?

B: Ich geh in ein Gymnasium mit dem Schwerpunkt Latein. Das heißt ich habe Latein in der dritten genommen.

I: Ich habs ja vorher schon erzählt, es geht um den Sportunterricht. Kannst du mir kurz erzählen was Sport für dich bedeutet, ob du viel Sport machst?

B: Also innerhalb der Schule ist es eigentlich nur eine Stunde in der man sich eigentlich entspannen kann, weils einfach Ablenkung vom Unterricht ist und es macht immer Spaß. Und sonst mach ich Sport nur so zur Freizeit und nicht irgendwie professionell oder, also nicht bei Wettkämpfen, oder so.

I: Ok, und was machst du da für Sport?

- B: Also (SCHMUNZELT) ich geh schon laufen am Wochenende manchmal, aber eben nicht so oft, so zweimal im Monat oder so. Und sonst geh ich einfach Volleyball spielen mit Freunden oder wir treffen uns und gehen im Sommer Fußball spielen im Park.
- I: Und hast du als Kind, also wie du noch jünger warst, Sport gemacht?
- B: Ja also, wie ich ins Gymnasium gekommen bin, hab ich noch Judo gemacht in einem Verein und das hab ich insgesamt vier Jahre lang gemacht. Das ist sich dann aber zeitlich nicht mehr ausgegangen. Und in den letzten paar Jahren bin ich auch in der Schule in den Volleyball Kurs gegangen.
- I: Und würdest du dich sportlich einschätzen oder wie schätzt du dich selbst ein?
- B: Also Selbsteinschätzung. Ich würd schon sagen, dass ich sportlich bin, aber es gibt Leute die definitiv sportlicher sind als ich, also ich mach das wirklich nur wenn ich Lust drauf hab und ja. Aber ich machs auch damit ich gesund bleib, aber genau nur so viel und es muss nicht unbedingt mehr sein.
- I: Ok gut, dann kommen wir gleich zum Sportunterricht. Wenn du, es muss nicht aus dem Jahr sein, generell an den Sportunterricht denkst, kannst du dich an irgendwelche Situationen erinnern oder an eine bestimmte Situation, die wir dich extrem unangenehm war?
- B: Also mir liegt das Reck nicht besonders und das macht man eh nicht wirklich oft nur irgendwie, also wenn dann das Reck drankommt im Lehrplan irgendwann in der dritten Klasse oder so, dann erwarten die Lehrer, dass man das schon kann oder zumindest unsere Lehrerin hat das erwartet, nur wir hams davor noch nie gemacht und einige konnten es auch schon, die dürften das schon früher gemacht haben, nur ich hab mich halt noch nie mim Reck beschäftigt und da konnte ich das nicht. Und das war halt so, dass immer einer zum Reck gehen musste und die Übung machen musste und das ist mir halt nicht gelungen, auch beim dritten Mal nicht und das war eher unangenehm.
- I: Was war, meinst du, genau das Unangenehme für dich?
- B: Ich glaub, weil da alle zugeschaut haben und wir da einzeln vor mussten und dann musste man es auch gleich noch mal probieren und konnte dann nicht wieder zurück gehen und warten, sondern man musste es einfach noch mal probieren und das war für mich persönlich unangenehm.
- I: Und wenn du jetzt noch einmal zurück denkst, was ist dir in dieser Situation durch den Kopf gegangen, was hast du dir gedacht?
- B: Ich hab mir gedacht, es wäre schön gewesen, wenn wir irgendwie Zeit hätten uns das selber das mal anzuschauen und zu probieren, bevor alle zuschauen und meine Gedanken waren irgendwie „verdammt, was soll ich machen, ich kann das nicht“ und irgendwie war ich auch ein bisschen ärgerlich eben auf die Lehrerin, weil sie hat drauf bestanden, dass ich es können muss, aber ich konnte es eben nicht.

- I: Wie hast du dann, nach den drei Versuchen, reagiert, was hast du dann gemacht?
- B: Naja, dann sind andere wieder dran gekommen und ich war auch nicht die einzige, der das nicht geglückt ist und es war eigentlich nicht so schlimm, weil wir einfach eine gute Klassengemeinschaft waren. Und es war auch nicht für die Lehrerin nicht so tragisch, aber eben in dem einen Moment, wo ichs können hätte müssen, da ist es mir nicht gelungen und ja. Danach hatte es keine Folgen mehr.
- I: Und wie hat die Lehrerin reagiert, also was hat sie gemacht, wie du es nicht geschafft hast?
- B: Also sie hat mir gesagt, was ich eben falsch gemacht hab, weil ich eben die Griffhandhaltung oder so, und dann hat sie mir auch gesagt was ich besser machen kann und hat aber gesagt, wenn mir diese Übung nicht gelingt, soll ich eine andere probieren.
- I: Sie ist also drauf eingegangen?
- B: Ja genau, sie war nicht ungut oder so.
- I: Mein Hauptthema von der Diplomarbeit ist ja Scham und Beschämungen im Sportunterricht, würdest du sagen, dass du dich in der Situation geschämt hast?
- B: Ja schon, weil es gab eben schon einige dies konnten und es war auch nicht so eine schwere Übung, nur es ist mir einfach nicht gelungen und das war auch komisch vor den Freunden in der Situation.
- I: Ok und dann kommen wir zu den ganzen Begriffen. Scham und Beschämung, was bedeuten für dich diese zwei Begriffe? Gibt es da einen Unterschied für dich?
- B: Also beide drücken für mich etwas aus, wenss einem peinlich ist und wenss eben unangenehm ist und wenn eben der Fehler bei einem selber liegt. Wenn man wirklich selber etwas falsch gemacht hat und dadurch, nur wenn andere etwas bemerken, weil wenss niemand bemerkt hats ja keine Auswirkungen. Und mir würd kein Unterschied einfallen (LACHT).
- I: Macht eh nichts, passt. Und du hast ja schon gesagt peinlich. Es gibt ja auch Peinlichkeit und Verlegenheit. Was fällt dir zu denen ein?
- B: Ja also verlegen würde ich mich fühlen, wenss nicht unbedingt unangenehm ist für mich, sondern auch wenss freundschaftlich ist, wenn mir zum Beispiel jemand ein Kompliment gibt oder so, dann würd ich mich auch verlegen fühlen. Und peinlich ist halt eben wieder ein unangenehmes Gefühl.
- I: Also du meinst Verlegenheit kommt auch auf positives Verhalten von anderen?
- B: Ja genau das.
- I: Gut, dann kommen wir wieder zum Sportunterricht. Wenn du da noch mal überlegst, kennst du auch Situationen, wo sich eine Freundin oder eine Mitschülerin von dir geschämt hat, oder du das Gefühl hattest, dass sie sich geschämt hat?

- B: Also wir hatten irgendwie immer zumindest ein Mädchen in der Klasse, die halt nicht so gut war, weiß nicht woran das liegt, war halt nicht so sportlich und vor allem beim Ballspielen ist es halt sehr aufgefallen. Da hatte ich eine Mitschülerin und die halt einfach sehr unbegabt und konnte weder wirklich fangen und weder schießen und dann kams halt zu einem Völkerballspiel und es ist halt schon aufgefallen, weil es wurde gewählt und sie ist halt wirklich immer als letzte übrig geblieben und da hab ich mir schon gedacht, dass sie irgendwie arm ist, weil sie ja nicht wirklich was dafür kann, wenn sie einfach keine Begabung in dieser Richtung hat. Und sie wurde dann schon immer integriert und wir haben ihr geholfen einfach besser zu werden und haben ihr gezeigt, wie sies machen muss. Aber ich hab mir schon gedacht, dass es für sie peinlich sein muss.
- I: Habt ihr das öfter gemacht, das Mannschaftenwählen?
- B: Ja das ist schon immer wieder zustande gekommen, nur eben wenn es extrem war, so zum Beispiel in diesem Fall, hat dann die Lehrerin auch eingegriffen und hat dann selber die Gruppen eingeteilt, eben die Stärken aufgeteilt und auch die Schwächeren. Nur irgendwie in letzter Zeit in unserer Klasse ist immer mehr so, dass wir selber die Gruppen entscheiden können, aber ohne wählen, sondern wir teiln uns einfach in mehrere Gruppen. Das funktioniert eigentlich auch ganz gut, weil wir sind eine kleine Klasse und das funktioniert gut, weil wir uns gegenseitig helfen.
- I: Das ist super, so gehörts. Wie hast du gemerkt, dass sie sich geschämt hat, an welchen Reaktionen oder an welchem Verhalten hast das gemerkt, wenn du sie beobachtet hast.
- B: Naja es war ja schon von Anfang an bewusst irgendwie, dass sie wahrscheinlich übrig bleiben wird, weil sie hat sich gleich am Anfang dieses Prozesses des Wählens klein gemacht und sich eher zurückgehalten und wollt eigentlich auch gar nicht, eben weil sie selber auch keinen Spaß dran gehabt hat.
- I: Wenn du jetzt noch ein bisschen überlegst. Gibt es noch Situationen in denen du dich, meinst du, geschämt hast, außer das mit dem Reck?
- B: Prinzipiell ist es eine unangenehme Situation, wenn man mit einem Problem konfrontiert ist, dass man nicht bewältigen kann oder mit etwas, was man nicht so gut kann eben. Vor allem im Sport, weil da schon eben Leistungen erwartet werden. Und vor allem eben bei Geräteturnen, das liegt mir halt nicht so, ich bin eher Bodenturnen und Ballspielen. Und ja wenn man an seine Grenzen kommt, ist es natürlich immer schön zu sehen, was man kann und was man nicht kann und es ist auch schön, wenn man etwas Neues schafft, wenn man ganz genau weiß, dass man etwas nicht kann und es trotzdem machen muss, dass find ich eher unangenehm. Und beim Geräteturnen schau einfach alle zu.
- I: Das heißt, dieses „vor allen“ ist das unangenehme und wenn dus alleine machen würdest, wäre es nicht so schlimm?
- B: Ja deswegen hab ich mir auch gedacht, es wäre schön, wenn wir Zeit gehabt hätten uns drauf vorzubereiten, weil dann hätte man das auch alleine machen können, ausprobieren in einem Park oder so.

- I: Und wie reagierst generell, muss jetzt nicht im Sportunterricht sein, wenn du in einer Schamsituation, in einer Situation, die dir extrem unangenehm ist?
- B: Naja man versucht natürlich sofort sich eher unauffällig zu verhalten und eben, dass nicht alle zuschaun, wenn es vermeidbar ist. Und man sagts natürlich nicht allen und ja man bleibt eben einfach im Hintergrund.
- I: Gibt's sonst noch Situationen, wie das Wählen, das du vorher erwähnt hast, die jetzt nicht unbedingt damit zu tun, dass man eine bestimmte Sache nicht kann, die mit dem Sportunterricht zu tun haben und nicht unbedingt in der Halle vorkommen.
- B: Hmh, das war vor allem in den ersten Klassen, also eher in der Unterstufe war das auch immer so beim Umziehen. Weil da gabs immer zwei Garderoben und irgendwie es war immer so, dass die aus meiner Klasse, wir waren halt immer in der einen Garderobe und in der anderen warn halt also eigentlich die andere Klasse, nur die paar, die aus unserer Klasse nicht so gut mit uns befreundet waren, warn halt auch drüben. Und das ist mir halt auch aufgefallen eben, dass sie nie bei uns warn und ich kann mir vorstellen, dass das auch für die ein bisschen komisch war bei den anderen zu sein.
- I: Weil du die Garderobe sagst, gibt's da irgendwelche Sachen die auffällig sind oder unangenehm sind beim Umziehen, für dich oder für andere?
- B: Also ich hab da eigentlich kein Problem, weil es sind ja nur Mädchen in der Turngruppe, aber es gibt zwei oder drei, die halt immer aufs Klo oder ins Bad gehen und die Tür zumachen, wenn sie sich umziehen. Mich stört das nicht. Es gibt ein paar die drüber lachen und ein paar, die sie dafür komisch anschauen, aber ich denk mir, das ist ihre Sache.
- I: Und lachen die drüber, wenn sie weg sind oder sagen sie auch?
- B: Nein, das ist nur in dem einen Moment halt, wenn sie rein gehn und sich umziehen, aber dann eh nicht mehr.
- I: Gut, was brauch ma noch? Genau, hattest du bis jetzt immer dieselbe Lehrerin gehabt, oder schon mehrere?
- B: Wir ham schon mehrer Wechsel gehabt.
- I: Denk mal kurz an die verschiedenen Lehrerinnen zurück. Ganz kurz, was findest du am Verhalten von Lehrern gut und was schlecht?
- B: Also ich finds sehr gut, wenn der Lehrer wirklich auf die Schüler eingeht und auch vorzeigt selber, was er von einem sehen will. Weil dann kriegt man eben eine bessere Vorstellung von der Aufgabe, die einem gestellt wird und wie sie zu bewältigen ist. Aber wie gesagt find ichs auch gut, wenn man eben Zeit für sich selber hat und Zeit zu bewältigen, was man zu tun hat. Und was mir überhaupt nicht gefällt an Lehrerinnen, Lehrerinnen ist es (SCHMUNZELT), dass sie sich eigentlich gar nicht für die einzelnen Schüler interessieren und sie einfach als Menge unterrichten. Das find ich nicht so toll. Das war bei unserer ersten Lehrerin so und das hat auch irgendwie reflektiert, weil keiner hat die gemocht.

- I: Wenn du an die verschiedenen Lehrerinnen denkst, sind die unterschiedlich mit solchen Schamsituationen, wenn zum Beispiel jemand etwas nicht kann, umgegangen?
- B: Ja also die, die niemand mochte, die ist dann immer sofort wütend geworden und hat einen angeschrien. Das war überhaupt sehr unangenehm, weil dann ist alles noch schlimmer geworden. Aber das variiert eben auch, weil die jetzige, die wir jetzt haben, die geht eben dann drauf ein und erklärt einem, was man falsch gemacht hat und gibt einem halt dann auch die Möglichkeit bei was anderem zu zeigen, was man kann.
- I: Und hast du schon mal erlebt, dass du oder eine Mitschülerin sich nur wegen dem Verhalten von der Lehrerin geschämt hat, also wegen einer Aussage oder wie sie geschaut hat oder einfach wie sie reagiert hat?
- B: Also ein Mädchen, das war in der Unterstufe bei uns, die wurde ständig von dieser bösen Lehrerin, sag ich jetzt mal, ins Visier quasi genommen, weil jedes Mal, wenn sie was gemacht hat, wurde sie angeschrien und ja... Was war die Frage? (LACHT)
- I: Ob sich jemand wegen dem Verhalten der Lehrerin geschämt. Also nicht, weil sie etwas nicht gekonnt hat, sondern wegen dem Verhalten.
- B: Aja genau, bei der ist es dann eben auch vorgekommen, auch wenn sie richtig gemacht hat, hat sie dann immer schon den Blick von der Lehrerin im Rücken gehabt und war dann dadurch immer nervöser und hat schon immer drauf gewartet eigentlich und dadurch ist ihr einfach vieles nicht gelungen, was sie eh gekonnt hätte. Und das war provozierend, dadurch dass es immer passiert ist mit der Lehrerin.
- I: Und hast du schon mal erlebt, dass eine Lehrerin so eine beschämende Situation verwendet hat, um jemanden zu bestrafen? Zum Beispiel Strafliegestütz, weil sich eine blöd benimmt, obwohl sie genau weiß, dass die Schülerin das nicht kann.
- B: Also so schlimm war das eigentlich nie. Es ist halt manchmal vorgekommen, bei einer Lehrerin, die wir nur ganz kurz hatten, dass die Leute, die zu spät gekommen sind, die mussten dann Runden laufen im Saal. Aber das war im Prinzip nicht so schlimm, weil die andern währenddessen auch weiter geturnt haben. Also es war nicht so schlimm.
- I: Klar, weil laufen können ja dann doch die meisten
- B: Ja stimmt (SCHMUNZELT)
- I: Und, weil du ja vorher gesagt hast, dass du es gut findest, wenn die Lehrerin etwas vorzeigt, wie ist das bei dir, wenn du was vorzeigen musst?
- B: Also wenn ichs kann, dann ist das kein Problem. Wenn ich mir denk, ich kann das, dann ist das auch kein Problem, oder wenns irgendwas Neues ist, was ich auch gern ausprobieren möchte und wo es kein Problem ist, wenn ichs nicht kann, dann ist es auch nicht schlimm. Nur wenn ich weiß, dass ich diese Übung nicht kann, dann find ichs eben unangenehm und dann bitte ich auch, dass das wer anderer machen kann eben mit der Begründung, dass ich das noch nicht kann.
- I: Und habt ihr Prüfungen im Turnen?

- B: Also bei der ersten Lehrerin, die niemand mochte, hatten wir so Prüfungen. Das war teilweise in Ordnung eben bei Dingen die man konnte und da sind auch einige leicht gefallen, eben weil ich mit Judo Vorteile hatte, eben weil ich zum Beispiel das Rad schon in Volksschule konnte. Nur dann gabs auch noch so Prüfungen, die meiner Meinung nach unnötig warn. Zum Beispiel an den Seilen raufklettern, was ich zwar auch konnte, aber es erschien mir einfach nicht notwendig. Also mich ham sie nicht gestört diese Prüfungen, aber es gab halt auch einige, die das nicht geschafft haben.
- I: Wie sind die Prüfungen abgelaufen?
- B: Das war so ein Einzelding vor allen. Und das steigert halt die Nerven.
- I: Ja das haben wir eh auch schon besprochen. Und abschließend zum Verhalten von Lehrern und Lehrerinnen. Meinst du es hängt vom Lehrerverhalten ab, ob es zu so Schamsituationen kommt, oder sie die beeinflussen können?
- B: Also ich glaub schon, dass sie die verhindern können, also ganz verhindern können sie sie wahrscheinlich nicht, weil es eben auch vom Schüler abhängt, wie er sich anstellt, aber wenn so ein peinlicher Moment eben aufkommt, dann kann der Lehrer schon etwas tun, damit es nicht so unangenehm für den einzelnen Schüler ist, indem er die anderen zum Beispiel mit irgendwas anderem beschäftigt. Und eben auch drauf eingeht und dem sagt, wie mans besser machen kann. Und einfach nicht immer wieder drauf herumreitet, sondern einfach auch weitermacht.
- I: Und das kommt vor, dass Lehrer so drauf herumreiten?
- B: Also in unserer Klasse speziell nicht, aber ich könnt mir schon vorstellen, dass es Lehrer gibt, die das machen.
- I: Und, du hast ja erzählt, dass ihr eine gute Klassengemeinschaft habt. Wie regiert die Klasse in Situationen, wo du oder jemand anderer sich schämt oder geschämt hat?
- B: Also in der jetzigen Klasse ist es eigentlich sehr nett, weil wir sind eine sehr kleine Klasse und es ist irgendwie immer jemand da, der einem hilft oder unterstützt. Das heißt das ist sehr angenehm eigentlich.
- I: Gut, dann lass mich kurz überlegen, aber wir sind eigentlich eh schon am Ende. Will ich noch irgendwas wissen, was du mir erzählen könntest? Nein, nicht wirklich. Fällt dir noch irgendwas ein, was du mir über Scham in der Schule oder im Sportunterricht erzählen kannst oder erzählen willst?
- B: Also, das ist eine sehr seltene Situation, einfach weil es nicht oft vorkommt. Wenn die Mädchen mit den Burschen turnen müssen, das kann wegen verschiedenen Gründen sein. Wenn der Lehrer nicht da ist oder wenn ein Turnsaal irgendwie gesperrt ist. Das ist in manchen Situationen deswegen unangenehm, weil der Turnlehrer von den Burschen zum Beispiel erwartet, dass man einfach mitmacht bei den Übungen, die die Buben gerade machen und das sind manchmal auch Sachen, die man selber noch nie gemacht hat in der Gruppe. Das ist dann halt auch unangenehm, weil die Burschen auch einfach Vorteile haben, weil sie größer sind. Das ist aber nicht unbedingt unangenehm, weil das weiß ja jeder, dass Burschen größer sind.

I: Die meisten zumindest

B: Ja, aber es kann diese Situation auch nicht unangenehm sein, wenn man zum Beispiel in Gruppe geteilt wird, oder sich aussuchen kann, was man machen will. Aber generell finde ich es ein bisschen unangenehm wenn Burschen und Mädchen zusammen turnen. Einfach weil man es nicht gewohnt ist und weil man es einfach nicht macht sonst.

I: Ok gut, dann allerletzte Frage. Was ist für dich die Definition von Scham, oder nicht die Definition, sondern was ist deine eigene Definition von Scham.

B: Also wenn meine eigene Unzulänglichkeit und meine eigene Unfähigkeit, dazu führt, dass ich in Gesellschaft von anderen Leuten etwas nicht zustande bring. [LACHT]

I: Ok super, dann sind wir eh schon am Ende und danke schön.

ENDE DES INTERVIEWS

### **Transkription des Interviews mit Schülerin C**

Datum: 18.02.2013

I: So, also wie alt bist?

C: 16

I: Und in welche Schule gehst du?

C: Stubenbastei, aber das Gymnasium und nicht die Volksschule.

I: Und was ist das für ein Schulzweig, den du besuchst?

C: Es ist, ich geh einfach ins normale Gymnasium. Ich geh nicht ins Real, sondern ins Sprachliche. Es ist kein Schwerpunkt halt.

I: Welche Sprachen hast du da?

C: Russisch, Englisch, Latein.

I: Russisch?

C: Ja sogar, aber der ersten.

I: Sehr interessant. Gut, und wenn du an Sport denkst, was hat Sport für dich generell für eine Bedeutung?

- C: Ich spiel Tennis, das macht mir Spaß. Seit 4 Jahren fast. Und ich hab vor nächstes Jahr in den Tanzkurs zu gehn und vielleicht irgendwas Kampfsportmäßiges. Hin und wieder geh ich Joggen, ganz selten, wenn ich Lust hab.
- I: Und hast du als Kind bzw. als du noch kleiner warst, Sport gemacht?
- C: Ich hab ein Jahr Taekwondo gemacht, aber da sind wir gegangen, weil der Lehrer a bissel brutal war. Und ich glaub, ich war mal in so einer Kindergruppe. Ich bin mir nicht sicher, aber da sind wir im Kindergarten immer Turnen gegangen und in der Volksschule auch, aber so richtig eigentlich nicht.
- I: Ok, und
- C: Ah nein, ich hab Jazzdance gemacht, 2 Jahre.
- I: Und würdest du dich, wie schätzt du dich ein? Schätzt du dich als sportlich ein, oder wie würdest du dich generell einschätzen?
- C: Nicht sportlich, aber ich mach, also nicht zu sehr sportlich. Also ich hab Turnen, ich geh Tennisspielen, ich geh einmal in der Woche vielleicht, wenn ich mich dazu aufraffen kann, laufen, aber mehr nicht. Also ich sollte mehr machen, aber.
- I: Gut, dann kommen wir mal zum Sportunterricht. Kannst du dich an irgendeine Situation, die für dich extrem unangenehm oder besonders unangenehm war, erinnern?
- C: Also das ist was, wenn ich vor der Klasse was machen muss und es nicht kann.
- I: Und kannst du dich an eine spezielle Situation erinnern?
- C: Es war irgendwie so am Ende des Schuljahres, in der dritten glaub ich war das, wo wir vorzeigen mussten, wie wir Räder oder so was können. Und ich habs nicht gekonnt, also nicht gscheit. Und das war mir unangenehm. Also wo ich dann gesehn hab, die das locker gemacht haben und ich halt überhaupt nicht, dann wollt ich nicht. Es war mir wirklich, wo ich gedacht hab, ich will hier weg oder irgendwie so was. Das hab ich überhaupt nicht gemocht. Aber es ist auch irgendwie, manchmal denkt man sich halt scheiße wie mach ich das jetzt oder irgendwie so, aber dann ist es eh nicht so, also.
- I: Hast du das dann in der Situation gemacht das Vorzeigen oder
- C: Naja ich habs einfach hinter mich gebracht und war dann einfach froh, dass ich es hinter mir hatte, aber war dann auch irgendwie, ich weiß nicht wie man das so sagt, einfach so beschämt oder irgendwie so, dass die anderen mich so gesehen haben, dass ich es überhaupt nicht konnte und was die Lehrerin von mir denkt und so halt.
- I: Ok, du hast eh schon gesagt beschämt. Weil das Thema von meiner Diplomarbeit heißt Scham im Sportunterricht. Was ist für dich Scham und was ist für dich Beschämung. Gibt's für dich einen Unterschied?
- C: Also ich sag immer Scham ist das Nomen von beschäm..., nein. Ich weiß nicht was der Unterschied ist.

- I: Oder was ist es für dich generell, Scham und Beschämung?
- C: Eben, wenn ich mich schäme, dass ich etwas nicht kann und dann eben etwas vorzeigen muss oder irgendwie so was halt. Es ist [überlegt 3 Sekunden] na hilf mir halt, ich weiß es nicht.
- I: Keine Sorge, es geht nicht um richtig und falsch, sondern nur, was es für dich ist.
- C: Ich weiß nicht
- I: Na macht nichts. Und wenn du was vorzeigen musst, was ist da genau das Unangenehme beim Vorzeigen?
- C: Dass mir alle zuschauen. Egal, also wenn ich jetzt allein für mich mach und ich kanns trotzdem nicht, dann is mir das ja wurscht, weil es ja niemand sieht. Aber wenn ich jetzt vor, weiß nicht, 15 Leuten irgendwas präsentieren muss, wie irgendwas geht oder wie ich das kann, dann hat man immer im Hinterkopf: „was denken die dann von mir, weil ich das nicht kann“, oder „schaun die dann von oben auf mich herab“ oder irgendwie so was. Das ist das Unangenehme.
- I: Ok, und wie, weil du sagst du bist beschämt, wie zeigt sich das dann bei dir?
- C: Also ich lauf rot an, also nicht immer, dann, mir wird kalt, ich fang an zu schwitzen, aber sonst. Ah und manchmal ist meine Stimme dann so zittrig, aber. Ich bin einfach nervös dann auch.
- I: Verstehe, und es gibt ja auch Peinlichkeit und Verlegenheit. Was fällt dir dazu ein?
- C: Irgendwie ist das dasselbe für mich, weil ich verwende beide Wörter gleich. Wenn jetzt etwas Peinliches für mich oder ich mich schäm das zu machen, dann ist das bei mir, es ist mir peinlich, dass der und der das macht oder ich schäme mich für den oder den. Das ist irgendwie dasselbe.
- I: Ok, na passt schon. Wie gesagt es gibt kein richtig und falsch. Jeder hat ja seine eigenen Gedanken. Gut, wenn du jetzt wieder an den Sportunterricht denkst. Fällt dir auch noch etwas ein, wo sich eine Freundin oder eine Mitschülerin von dir geschämt hat?
- C: Naja ich hab eine Freundin, ich weiß nicht, ob sie noch meine Freundin ist. Das war in der zweiten, da hatten wir vier Stunden Sport und davon zwei davon warn halt Schwimmen. Und da warn wir eben schwimmen und sie ist halt sehr dick und sie hat halt überhaupt nicht schwimmen können. Und ich glaube es war für sie sehr unangenehm, wie wir vom Hockerl halt so Köpfler oder so machen mussten. Und sie hats nie geschafft einen Köpfler zu machen und ist die ganze Zeit so richtig im Bauchfleck rein und wir mussten halt alle zuschaun. Wir ham uns nicht umdrehn können oder irgendwie so und so sagen „schauts euch mal das an“ und die Lehrerin: „schauts euch mal DAS an, wie sies macht“ und dann ham natürlich noch mehr hingeschaut. Also ich glaub ihr war das nicht wohl. Also mir wär das auch nicht wohl gewesen.

I: Und wie hast du da reagiert?

C: Ich hab da irgendwie versucht so am Boden zu schaun oder nur ganz selten hin oder, also es war allen unangenehm irgendwie, weil wir wollten selber nicht hinschaun, weil wir gewusst ham, dass sies nicht kann und.

I: Und hat die Klasse noch was dazu gesagt?

C: Nein, die ham auch nicht wirklich hingeschaut, wir ham alle nicht wirklich hingeschaut.

I: Gut, weil du von der Lehrerin erzählt hast, die immer irgendwas gesagt hat

C: Ja sie versucht halt immer zu animiern und sagt so: „ja du schaffst das!“ Und dann halt auch, wir mussten uns auch gegenseitig zuschaun, um zu lernen, was macht der falsch, was machen wir richtig. Das war halt irgendwie das Dumme, was sie macht, aber sonst.

I: Ok, und kommen wir gleich zum Verhalten von Lehrerinnen und Lehrern. Wenn du mir ganz allgemein sagst, was du am Verhalten du Lehrern gut findest und was du eher schlecht findest.

C: Im Sport?

I: Im Sport, genau.

C: Naja ich finds gut, wenn du so: „nein ich kann das überhaupt nicht“, oder irgendwie so „ich will das nicht“, dass sie versuchen dich zu animiern, dass sie sagen: „Ja komm, wenn nicht, dann is es auch wurscht.“ Oder einfach versuchen sie dazu zu bewegen es einfach noch mal zu versuchen. Oder irgendwie so was. Was ich aber überhaupt nicht mag, wenn man sagt, wenn man eben so was macht: „ja schauts den an“ also wenn man wirklich quasi von oben herab, weils der nicht kann und das ist es. Es kommt zum Glück nicht oft vor, aber es gibt halt auch ein paar Lehrer die das machen.

I: Ist das bei euch schon vorgekommen.

C: Also laut Erzählungen. So genau weiß ichs nicht, aber bei mir nicht. Es war zum Beispiel, beim Jakob is es so ein bisschen, der drillt aus denen Ironmanläufer, weil die müssen immer laufen gehen. Und der sagt immer: „schauts den und den an, der kann das total gut und ihr müssts echt üben und so. Also da würd ich eher sagen: „ja übts vielleicht, dann könnts auch noch besser werd!“ oder so, aber nicht: „lassts es gleich bleiben.“

I: Ja, und hast du immer dieselbe Turnlehrerin gehabt, oder?

C: Ja, nein ich hab in den ersten drei Jahren mit den Buben noch Turnen gehabt und die zwei Stunden alleine halt. Und da wars noch mein Klassenvorstand, die ist dann in Karenz gegangen. Dann ham wir eine bekommen, die ja, die war fast nie da, weil sie drei Kinder zu Hause gehabt hat und immer zu Hause bleiben musste, weil sie krank warn. Da ham wir aber auch nie wirklich was gemacht. Da sind wir in den Stadtpark gegangen oder ham Frisbee gespielt oder so was. Dann in der fünften hatten wir eine

echt coole Lehrerin, die hat sehr viel mit uns gemacht, sehr viel Kreatives, was Eigenes ausgedacht, das ist ja auch das Lustige, mit Rollbrettern, mit Ringen und mit allem. Und jetzt hat wir eine, die ist auch fast nie da und da merkt man richtig, dass die nur mit älteren Schülerinnen kann. Mit den Jüngeren kann sie überhaupt nicht. Und ja, ich weiß nicht, wir machen halt immer so hin und wieder Ballspiele oder dann mussten wir im letzten Semester und auch jetzt wieder so selber was einbringen und selber zum Beispiel das Aufwärmen gestalten oder irgendwie so. Sie geht halt auch im Sommer so laufen im Stadtpark.

- I: Ok, und wenn du diese Lehrerinnen, die du bis jetzt gehabt hast miteinander vergleichst, meinst du, dass bei es einer Lehrerin öfters zu beschämenden Situationen gekommen ist, als bei anderen?
- C: Es war in den ersten drei Jahren vielleicht deshalb auch so, weil ich noch nicht so selbstsicher war, wie jetzt. Man hat auch irgendwie richtig gespürt, dass ich aus einer Schule gekommen bin, die hier ist und als Einzelgängerin dort bin, also gewesen bin und die anderen sind zu zehnt aus einer Volksschule in die Klasse gegangen und hat sich alle gekannt halt und ich bin immer bissel außen gestanden. Und natürlich wenn man denkt, dass eine Gruppe, die kennt mich nicht richtig und ich muss da jetzt was machen sei es ein Rad schlagen oder irgendwas, dann hängt's auch damit zusammen, dass man denkt: „ich will, dass die mich mögen und was ist wenn ichs nicht kann und was denken die dann von mir.“
- I: Das hat aber jetzt nicht unbedingt mit der Lehrerin zu tun gehabt, oder?
- C: Naja, sie hat sehr viel Bodenturnen gemacht, was ich überhaupt nicht ausstehen kann, ich bin mehr die Ballspielerin. Das liegt mir nicht und deshalb wars für mich immer so. Weil wir mussten uns immer in einer Reihe aufstellen, dass jeder einzeln dran kommt. Und wenn man jetzt eine Luftrolle musste oder irgendwie so was, dann hab ich das gehasst, weil ich wusste genau, dass ich es nicht kann. Ich kanns auch jetzt noch nicht gscheit. Ja ich mein, es schaut eigentlich eh keiner hin, man redet einfach, aber es ist einfach, man kriegts mit, aber nicht so wirklich.
- I: Und ist es schon vorgekommen, weil du das Beispiel mit deiner Freundin im Schwimmen erwähnt hast, wo die Lehrerin gesagt hat: „schaus der mal zu“, dass du wegen einem bestimmten Verhalten einer Lehrerin, also zum Beispiel einer Aussage oder wie sie geschaut hat oder was sie einfach gemacht hat, dich deswegen irgendwie geschämt hast.
- C: Naja, also ich bin nie auffällig in dem Sinne, aber manchmal hab ich das Gefühl, ich schau sie dann immer an ( ??? ) ich kann mich nicht mehr so erinnern, aber ich glaub es ist schon vorgekommen, dass sie auch mal so (VERDREHT DIE AUGEN) geschaut hat, oder einfach wo ich dann das Gefühl gehabt hab: „Ääh was war jetzt?“. Aber sonst nicht wirklich.
- I: Und, wenn wir die Lehrerinnen jetzt abschließen, meinst du, dass die Häufigkeit, wie oft es zu beschämenden Situationen kommt bei dir oder bei anderen, viel mit dem Lehrer zusammenhängt, oder mehr davon, wie Unterricht gestaltet wird.
- C: Beides irgendwie. Es kommt eben drauf an, erstens wie der Lehrer ist, ob der jetzt wie die S., das war die in der fünften, die total nett ist und irrsinnig auf die Wünsche

eingeht aber auch ihr eigenes Programm durchzieht, also die das wirklich ins Gleichgewicht bringen kann. Da hat man wirklich das Gefühl gehabt, der is das so wurscht, ob du das kannst und die is einfach nur glücklich, dass du probierst, oder so. Und dann gibts halt auch wieder andere an unserer Schule, die meinen du musst alles perfekt können und wo du wirklich dann quasi Angst hast quasi, dass wenn du nicht schaffst, dass du jetzt eine Prüfung machen musst oder so. Also ich weiß es nicht genau, ich glaub es hängt von beidem ab, aber es hängt sicher auch davon ab, was du jetzt glaubst, was du kannst. Weil eben, wie ich gesagt hab, mit dem Selbstwertgefühl hängt das viel zusammen. Weil meine Freundinnen zum Beispiel, ich weiß nicht, die sind eh alle selbstbewusst, aber die glauben dann halt immer: „Scheiße ich kann das nicht“ oder was weiß ich was und vielleicht bemühen die sich dann auch nicht so. Aber im letzten Ende können sie dann eh alle.

I: Und, weil du vorher Prüfungen gesagt hast, habt ihr so Prüfungen im Turnen? Oder hattet ihr welche?

C: Also eigentlich ich noch nicht, aber es gibt Lehrer, die das machen, aber nein. Also die, die ich jetzt hab, hats gemacht, aber ich glaub nicht, dass sie jetzt noch macht. Ich hoffe nicht, aber sonst.

I: Ok gut, und kannst du mir ein bisschen, weil die Garderobe zählt ja auch ein bisschen zum Sportunterricht dazu, davon erzählen? Gibts da irgendwelche unangenehme Situationen, die dir aufgefallen sind oder die du erlebt hast?

C: Naja also wir sind ja getrennt Mädchen und Buben, also, aber wie meinst du jetzt eigentlich genau?

I: Also generell, nur in der Garderobe, obs da schon zu unangenehmen Situationen für dich oder eine Freundin gekommen ist?

C: Naja es war schon so irgendwann bei da N., das is meine Freundin, die nicht grad dünn ist, da ist mir schon aufgefallen, dass manche wirklich, wenn wir uns umgezogen haben, sie so angeschaut haben, so: „was macht denn die da, wieso nimmt die nicht ab?“ oder so irgendwie so was. Aber das is halt im Laufe des Alters, das war halt vielleicht in der zweiten oder dritten, bis dahin halt, aber dann war es nicht mehr und es is auch mittlerweile wurscht und. Ich hab mit der anderen Klasse turnen und wir kennen uns alle und wir sind gut miteinander und da is es wurscht wie man ausschaut oder was man anhat. Das is egal. Also so.

I: Und kannst du dich erinnern, wie die Natalie da reagiert hat?

C: Sie hats gar nicht mitbekommen. Es war immer so, also auch in BE, in allen Klassen, ihr is die Hose immer runter gehangen und manche, es war so arg, ich hab mich sogar aufgeregt bei denen. Die ham immer Fotos gemacht von ihrem Hintern. Und die kriegt das nicht mit, ich glaub sie hats mitbekommen, wollts aber nicht mitkriegen. Ich wollt sie aber auch nicht drauf ansprechen.

I: Aber sie hat sich nicht in einer Ecke umgezogen oder so?

C: Nein gar nicht.

- I: Gut, dann haben wir eigentlich eh schon die meisten Sachen, die ich von dir wissen will. Lass mich noch kurz überlegen, ob es noch irgendwas gibt. Nein, aber fällt dir noch eine spezielle Situation ein, wo du dich geschämt hast oder die für dich unangenehm war im Sportunterricht?
- C: Nein eigentlich nicht wirklich, nur auf der Sportwoche letztes Jahr, da wars ein bisschen. Ich hab Tennis auch gehabt und Surfen und im Tennis wars auch irgendwie so, dass da welche warn, die an die Uni gegangen sind und irgendwas machen mussten. Die ham schon 10 oder 12 Jahre gespielt und warn irrsinnig gut schon und mit denen, also wenn ich die Wahl gehabt hätte, das war aber eh nicht so, dass ich mit denen spielen hätte können, dann wollt ich das irgendwie nicht, weil die dann vielleicht glauben: „boah wie ist denn die schlecht“ oder irgendwie so was. Das mag ich dann nicht so. Ich mein jetzt bei dir, ich weiß nicht wie lang du schon spielst, das is ja was anderes, weil du bist ja Trainer, aber das ist dann nicht gut.
- I: Gut, und vorletzte Frage, fällt dir sonst noch was ein zu Scham, was du mit erzählen möchtest?
- C: Naja, ich weiß nicht, es ist ja bei uns so, dass wir in Physik zum Beispiel, da macht der Lehrer jede Stunde Wiederholungen und holt dich wirklich an die Tafel und alles. Das ist auch in Latein so. Und so was hasse ich abgrundtief, weil erstens, es is ja wurscht wenn du nicht kannst, aber dann stehst du da vor der Klasse und erklärst es ihnen quasi noch einmal und es ist einfach so unangenehm, wenn du dann da vorne stehst und der Lehrer stellt dir eine Frage und du weißt es nicht. Und in der Klasse selber zeigen alle auf und wollens sagen und du stehst da und hast keine Ahnung. Das ist wirklich unangenehm. Also da denkt man dann. Was will er von mir, will er mich bloßstellen oder irgendwie so was.
- I: Und weil du sagst bloßstellen, hast du sonst schon mal erlebt, dass du oder eine Freundin absichtlich von einem Lehrer bloßgestellt wurde, das heißt er jemanden absichtlich bloßgestellt um ihn zu bestrafen.
- C: Nein, weil ich eine brave Schülerin bin, aber beim Jakob hab ich das Gefühl, dass der Klassenvorstand, der is wirklich ein Trottel, da war einer wirklich, den hat er soo bloßgestellt wie noch nie, also wirklich, kein anderer in der Schule mag den.
- I: Wie hat er ihn bloßgestellt?
- C: Es war, der hat irgendwie so ein Gericht in der Klasse einberufen, das einfach, weils da Dissattacken oder was weiß ich gegeben hat.
- I: Was für Attacken?
- C: Dissattacken
- I: Aso, Dissen, versteh schon.
- C: Also Mobbingattacken. Und der hat den wirklich in die Mitte hingesetzt und alle mussten sich in den Kreis setzen und wirklich, der hat auf den eingedroschen, also wortwörtlich, wo du dir denkst, was is das für ein Lehrer, der darf das ja eigentlich gar nicht. Also es war wirklich.

I: Gut, und jetzt ganz letzte Frage. Was wäre jetzt deine eigene, es gibt wieder kein richtig und falsch, deine eigene Definition von Scham?

C: Scham ist gleich (überlegt einige Zeit) wenn einem was unangenehm ist oder eine Person unangenehm ist und (überlegt wieder) und man es quasi hinter sich bringen muss. Oder es ist auch im Fernseh, wenn du dich fremd-schämst, wo du dir denkst: „bitte jetzt werd endlich fertig“ oder so, wenn du quasi diese Qual, sehr abgeschwächt jetzt, durchstehst. Irgendwie so was.

I: Gut, passt, ich dreh ab.

C: Ja, ja

ENDE DES INTERVIEWS

### **Transkription Schülerin D**

Datum: 19.02.2013

I: So los gehts. Wie alt bist du?

D: 15

I: Und in welche Schule gehst du?

D: In die Bakip Kenyongasse. Das ist so eine Kindergartenschule.

I: Du weißt ja, es geht um Sport. Was hat denn Sport generell für dich für eine Bedeutung?

D: Naja, eigentlich keine.

I: Machst du generell irgendeinen Sport?

D: Nein, außer in der Schule nicht.

I: Und hast du als Kind Sport gemacht, oder da auch nicht?

D: Oja, da war ich in einem Turnverein.

I: Und wie war das?

D: Das war cool.

I: Warum hast du dann aufgehört?

D: Weil das dann dreimal in der Woche war und mir dann zu oft war und irgendwie auch nicht mehr so viel Spaß gemacht hat.

- I: Und wie würdest du dich selbst einschätzen? Würdest du dich als sportlich einschätzen?
- D: Also nicht wirklich sportlich, aber mir machts auch einfach nicht so viel Spaß.
- I: Gut, dann kommen wir zum Sportunterricht. Kannst du dich an eine Situation erinnern, also im Sportunterricht, die für dich extrem unangenehm war?
- D: In meiner jetzigen Schule nicht, aber wo ich vorher war. Geht das auch?
- I: Ja sicher, das passt genauso.
- D: Ok, also beim Abschießen, wenn ich abgeschossen worden bin und alle gelacht haben, oder wenns so war „die XY brauchst du eh nicht abschießen, weil die is dann einfach gut zum Abschießen zum Schluss“, so beim Völkerball
- I: Und woran hast du das gemerkt, ich meine
- D: Weil sie mich eben ausgelacht haben, oder einfach wenn sie mich nicht wählen und dann streiten, weil sie mich dann nehmen müssen in die Gruppe.
- I: Und das ist öfter vorgekommen?
- D: Ja schon
- I: Was waren da deine Gedanken oder was hast du dabei empfunden?
- D: Ja dass ich weg will und nicht da sein will und dass ich eh nicht spielen will und wenn sie mich nicht wolln und ich nicht spielen will, warum ich das dann machen muss, so irgendwie.
- I: Und wie hast du darauf reagiert? Also hast du irgendwelche Methoden, wie dem entgehst sozusagen?
- D: Ich hab dann immer versucht krank zu sein oder meine Tage zu haben, um nicht in Turnen zu müssen oder den Fuß verletzt zu haben oder Kopfweg zu haben.
- I: Und das geht durch?
- D: Ja also bei der Lehrerin, die wir letztes Jahr gehabt haben schon.
- I: Und jetzt machst du das auch noch so?
- D: Nein, weil jetzt is das Turnen irgendwie eh lustig, weil da machen wir nicht immer dasselbe.
- I: Und meinst du, dass du dich in den Situationen geschämt hast?
- D: Ja es war schon irgendwie beschämend oder so.

- I: Und beim Wählen bzw. beim nicht Gewähltwerden, was war da so das Unangenehmste daran?
- D: Das alleine vorkommen, also dass man einfach erstens der letzte ist dann alleine dort steht und auch dieses, dass die Freunde gar nicht mehr zu einem halten. Das plötzlich Freundschaften nicht mehr eine Rolle spielen oder nicht mehr wichtig sind oder das man das Gefühl hat, dass, ja, die Freunde einen nicht mehr mögen. Oder das man nicht mehr gut genug für seine Freunde ist. So irgendwie.
- I: Ok, und weil wir auch grad gesagt haben, es war beschämend, was fällt dir zu Scham und Beschämung generell ein? Gibt's da einen Unterschied? Nur für dich, ich hab ja eh vorher gesagt, es gibt kein richtig und falsch.
- D: Also Scham ist doch, dass was man empfindet und Beschämung ist das, was man tut.
- I: Ok, und dann gibt's ja noch Peinlichkeit und Verlegenheit. Was fällt dir dazu ein?
- D: Das liegt im Auge des Betrachters.
- I: Ok, was meinst du damit genau?
- D: Ich weiß nicht, das ist eben so, wenn jemand halt das peinlich findet, dann ist das für den peinlich, aber für jemand anderen kann das auch einfach überhaupt nicht peinlich sein. Und Scham ist dann halt, wenns so ist, das muss man können oder das wird erwartet. Und Peinlichkeit sind so Dinge, die kurz passieren.
- I: Ok, wenn wir wieder zum Sportunterricht kommen, gibts auch Situationen, an die du dich erinnern kannst, wo sich eine Freundin oder eine Mitschülerin von dir geschämt hat?
- D: Naja, wenn sie irgendwas nicht können, wenns dann irgendwas gibt. Oder wenn ich sie abschieß. Also wenn ich dann mal schaff wen abzuschießen, dann glaub ich, ist das schlimm für den und der schämt sich.
- I: Ok, und da werden die dann auch ausgelacht?
- D: Ja
- I: Und wie reagiert da oder wie hat deine Lehrerin da reagiert, wenn du oder andere ausgelacht wurden?
- D: Der ist das wurscht, ich glaub, die denkt sich: „die solln sich das alleine ausmachen“ oder so selbst schuld, könntest du halt besser Ball spielen, dann würdest du gewählt werden, streng dich halt mehr an.“
- I: So kommt dir das vor?
- D: Ja genau
- I: Und hattest du in der alten Schule immer dieselbe Lehrerin?

- D: Nein, wir hatten eigentlich jedes Jahr eine neue.
- I: Ok und kannst du mir sagen, was für dich an einem Lehrerverhalten gut und was weniger gut ist, von einem Sportlehrer oder einer Sportlehrerin?
- D: Ich find es gut, wenn er kreativ is, damit alle eine Chance haben, was zu finden, das ihnen gefällt und das sie auch halbwegs können und manchmal find ich, sollten sie auch mehr eingreifen und so sagen: „He das is nur ein Spiel und soll allen Spaß machen.“ Einfach, dass sie es nicht so ernst nehmen. Und nicht „na komm und steigerts euch da rein“ Sondern es soll einfach allen Spaß machen. Ich weiß es von mir, wenn mir was Spaß macht, dann mach ichs einfach besser. Und ich finds gut wenn sie mitmachen und vorzeigen, was sie verlangen. Und was ich nicht gut find is eigentlich das Gegenteil. Also ich mags nicht, wenn sie nur auf die Guten eingehen und halt immer nur die loben.
- I: Und meinst du, dass so beschämende Situationen auch von den Lehrerinnen ausgehen, dass du dich wegen einem Verhalten oder einer Äußerung...
- D: Manchmal bestärken die das. Also sie bestärken irgendwie die guten, wenn sie so, ich weiß nicht, „na dann werd halt besser“ oder „na dann mach doch“, „na dann schieß doch mal wen ab“, „dann steh nicht so blöd herum“ und dadurch is es dann noch unangenehmer.
- I: Und ist es auch schon vorgekommen, jetzt nicht beim Abschießen, dass nur weil die Lehrerin irgendwas gesagt hat oder was gemacht hat, dass du dich nur wegen dem geschämt hast?
- D: Ja, wenn dann so Kommentare eben so wie „steh nicht im Feld rum“, „tu einmal was“, solche Äußerungen einfach vor der Klasse. Wenn mans dann noch so betont oder wenn sie mich noch betont so.
- I: Und abschließend zu Lehrerinnen, meinst du, dass so Schamsituationen schon vom Lehrer abhängen, wie häufig sie vorkommen?
- D: Ja ich glaub schon, weil ich glaub Turnlehrer können sich nicht hineinversetzen. Weil die sind ja selber besonders gut. Aber das is nicht nur bei Turnlehrern sondern auch bei anderen manchmal so. Die sind in ihrem Fach gut und können sich nicht vorstellen, wie sich jemand fühlt, der in dem Fach schlecht ist.
- I: Ok, und du hast gesagt, dass das Turnen in deiner jetzigen Schule mehr Spaß macht, warum ist das so, was ist dort anders?
- D: Der Turnunterricht is einfach ganz anders jetzt. Es ist viel abwechslungsreicher und wir spielen einfach nicht immer nur Handball. Wir machen jetzt auch so Mischungen. Wir ham schon Jonglieren gemacht und Einradfahren und einfach verschiedene Sachen, damit dann jeder irgendwo gut ist und dann fällt das auch nicht so auf und dann bewegen sich auch alle. Und es gibt eigentlich nie so Situationen wie „das kannst du nicht“ oder „du bist schlecht.“ Oder wir ham auch schon Stepaerobic gemacht und da fällt das auch nicht auf.

- I: Das heißt, ihr baut in einer Stunde mehrere Sachen oder Stationen auf, wo ihr euch dann aussuchen könnt
- D: Genau und was nicht so is, wir spielen jetzt die ganze Zeit nur Handball oder Volleyball, sondern wir können uns verschiedene Sachen aussuchen.
- I: Gut, du hast ja vorhin vom Wählen erzählt und das ist ja nicht direkt beim Sporttreiben, sondern davor. Davor ist ja auch das Umziehen. Kannst du mir ein bisschen was aus der Turngarderobe erzählen? Gibt's da oder hats da irgendwelche unangenehmen Situationen gegeben?
- D: Nein eigentlich nicht, am ehesten vielleicht, dass sich die Ehrgeizigen sich geärgert haben und dieses: „mah, jetzt ham wir wegen dir verloren.“ Aber das war nicht so beschämend, sondern das war halt so „tuts euch nichts an, das war ein Spiel“, sondern für mich wars dann vorbei und erledigt.
- I: Und hats wegen dem Umziehen bei irgendwem Probleme gegeben, oder so?
- D: Nein eigentlich nicht.
- I: Ok, gut genau, dass hab ich vorher noch vergessen. Wie hat eigentlich die Klasse, außer, dass welche gelacht haben, generell reagiert, wenn sich irgendjemand geschämt hat und etwas für jemanden unangenehm war?
- D: Also unterschiedlich, in einer Klasse wars so, dass sie denjenigen getröstet haben und eben so gesagt haben: „He nimms nicht persönlich“ und „das war nur ein Spiel.“ Und in der anderen, wo halt viele warn, die auch im Verein gespielt haben, was dann auch sehr ging: „na komm“ also sehr dieses: „ja du hättest ja helfen können, dann hätten wir gewonnen“ und so was halt. Also auf der einen Seite schon die Unterstützung und dieses, das ist Turnunterricht und das ist unsere Freundschaft und dann halt wieder, dieses extreme: „nein das muss man“ und einfach das es dazu gehört und von einem erwartet wird und die das auch nicht verstehn konnten.
- I: Gut, abschließend, gibt's noch irgendwas zu Scham und Sportunterricht was du mir erzählen willst?
- D: Ich glaub ich hab dir alles erzählt.
- I: Ok, dann gib mir bitte zum Schluss deine eigene Defintion von Scham.
- D: Scham ist, wenn das Gefühl so groß is, dass man am liebsten den Boden aufschneiden will, um drinnen zu versinken.
- I: Passt, sehr schön. Dann danke auf jeden Fall.

ENDE DES INTERVIEWS

## Transkription Schüler E

Datum: 22.02.2013

I: Gut, dann geht's los. Wie alt bist du?

E: 16

I: In was für einen Schulzweig gehst du?

E: Realzweig, also Gymnasium.

I: In die 6. Klasse?

E: Ja

I: Was bedeutet dir Sport?

E: Also schon viel.

I: Was machst du?

E: Also, ich spiel Fußball, mach Krafttraining mehr oder weniger und Tennis jetzt nicht mehr, aber hab ich auch.

I: Und wie oft machst du jetzt ca. in der Woche?

E: Also derzeit hab ich Winterpause, das heißt Fußball spiel ich nur ca. einmal in der Woche oder so. Aber so geh ich jetzt eben laufen, aber auch nicht so oft, so ein bis zweimal in der Woche und dreimal Krafttraining. Aber wenn ich dann Fußball hab mach ich schon vier oder fünfmal die Woche was und manchmal sogar jeden Tag.

I: Und hast du schon immer Sport gemacht, auch schon als Kind?

E: Ja, aber nicht wirklich, also im Verein bin ich noch nicht so lang. Also im Gymnasium hats dann erst angefangen, wo ich dann mehr regelmäßig öfter was gemacht hab. Vorher nur so Ballspiele in der Schule oder so, so einmal in der Woche.

I: Aber man kann sagen, du machst gerne Sport?

E: Ja schon.

I: Gut, dann kommen wir zum Sportunterricht. Kannst du dich an irgendeine unangenehme Situation im Sportunterricht erinnern?

E: Das war so bei mir und J. Minitramp machen wir öfter mit C und J. und ich sind da auch immer ur schlecht. Normalerweise machen wir oder ich immer eigentlich mit bei allem, aber da sind wir in der Ecke gestanden bei den schlechten und versucht uns zu verstecken damit wir nicht drankommen.

- I: Weil du gesagt hast, dass du eigentlich überall mitmachst, nur bei dem, weil du nicht so gut kannst. Was war in der Situation das Unangenehme?
- E: Also zum Beispiel eben beim Minitramp über irgendwie Kasten springen, muss ich ehrlich sagen, bin ich feig eher, dass ich mich irgendwie verletze. Ehrlich gesagt ich traue mich das eigentlich nicht so. Also die einfachen ja schon, aber dann irgendwie drüber springen über da gleich so, ich weiß nicht, einer viel Schwierigeren, ja
- I: Ok, also bei dir ist eher die Angst vor Verletzungen
- E: Ja schon.
- I: Eine andere Möglichkeit, warum eine Situation unangenehm ist, kann ja auch Scham sein. Was assoziiert du damit? Was fällt dir zu Scham ein?
- E: Ja, jetzt eh so im Turnunterricht, wenn man nicht so gut ist, vielleicht, dass man sich schämt da jetzt mitzumachen irgendwas. Oder, weiß nicht, wenn man ein bisschen kräftiger ist, dass man sich, ja, schämt mit zu machen oder so.
- I: Gut und dann gibt's ja auch die Beschämung, was sagst du dazu?
- E: Das ist, ich weiß nicht, vielleicht nicht so schlimm wie Scham, aber, irgendwie, keine Ahnung.
- I: Macht nichts, es gibt ja kein richtig und falsch. Es geht nur darum, was dir dazu einfällt. Gut und dann gibt's noch Peinlichkeit und Verlegenheit. Fällt dir dazu was ein?
- E: Ja verlegen, da ist es mir noch nicht peinlich, da ist mir eher, ja dass ich es ungern mache, es vielleicht sogar könnte oder so. Und bei Peinlichkeit, eh wie bei Scham, eher weil ich es nicht kann, dass ich mich schäme oder mir peinlich ist.
- I: Das heißt vom Gefühl her ist Scham und Peinlichkeit für dich eher dasselbe?
- E: Ja
- I: Gut, dann kommen wir wieder zum Sportunterricht. Fällt dir eine Situation oder auch mehrere ein, wo sich ein Klassenkamerad geschämt hat?
- E: Ja zum Beispiel bei Liegestütz und dann der Herr Professor hat irgendwie gesagt ja, weil er nicht gescheit mitgemacht hat, soll er das vor allen jetzt noch machen. Und weil er es eben nicht konnte, hat er vorher schon nicht mitgemacht und jetzt musste er es vor allen noch machen und konnte es da logischerweise auch nicht.
- I: Und woran hast du jetzt gemerkt, dass er sich geschämt hat? Wie hat er dann reagiert?
- E: Wenn ich jetzt überlege, er hat eher versucht es zu überspielen irgendwie mit lachen oder so
- I: Ok

- E: Und eine andere Situation war auch bei C. und wir habn Bodenturnen gemacht und wir haben halt Matten aufgelegt und wir mussten, es war eigentlich frei, dass jeder mal übt, was wir eigentlich schon gemacht haben, Rolle vorwärts, rückwärts und so. Und es war, ich mein Rolle vorwärts kann eigentlich jeder und W. hat das halt nicht geschafft ja und es war halt schon ur lächerlich, weil wir sind da halt alle angestanden und wollten halt weiter machen und er hat nicht mal, ah nein es war ein Rad, genau es war ein Rad. Er hats nicht mal versuchen können, ja wo man sich denkt: „wie geht das, wie kannst du das nicht mal versuchen?“ Und ich glaub er hat sich da ziemlich geschämt.
- I: Wie war da seine Reaktion?
- E: Er hat eher so in sich hinein gelacht und so: „ich kann das nicht“. Und wir hams ihm dann eh gezeigt eigentlich wies geht ja und ham dann auch, obwohl es so ur schlecht war, „ja war eh schon besser“ und so. (LACHT)
- I: Gut, dann kommen wir mal zu dir. Hat es so Situationen gegeben, kann auch in der ersten, zweiten und dritten oder so gewesen sein, die dir in Erinnerung ist, dass du dich geschämt hast.
- E: Es war ein bisschen, da ham wir Rückwärtssalto gemacht und es war halt so mit drei Stationen und ich hab grad geschaut, wo ich hin geh und bei der Rückwärtssaltostation waren noch nicht viele dort und dann hat er irgendwie gleich gesagt: „Ja XY komm gleich her.“ Weil ich ja eigentlich eh einer der besseren bin. Und ich hab gesagt: „ja ich kann das ja nicht“ und er „ja is ja wurscht und so, die Vorübung ham wir letztes Jahr eh schon gemacht.“ Da bin ich in der Ecke gestanden (LACHT) und es war halt dann so: „Ja die Vorübung kannst eh schon, die ham wir eh schon letztes Jahr gemacht.“ „Nein hab ich nicht gemacht“ „Ja wurscht, dann machst du jetzt.“ Gut dann hab ich die gemacht einmal, irgendwie, falsch, dann hat er gesagt: „Ok, mach das gleiche und ich dreh dich dann rüber, dass du den Rückwärtssalto machst.“ Und es war aber nicht das gleiche, weil bei der Vorübung, da steht er hinter dir und du spürst ihn ja. Und dann ist er plötzlich weg und du sollst das gleiche machen. Und du hast dann irgendwie Angst, dass du runter fliegst und so. Und es war halt dann so, ich hab das halt versucht, aber weils irgendwie anders war, hab ich nicht das gleiche gemacht. Und es war dann ur komisch, weil ich hätt ihn fast erschlagen und wir sind dann beide auf der Matte gelegen und hat er hat gesagt: „ja mach noch mal.“ Aber schlussendlich wars mir schon peinlich, weil schon einige zugeschaut haben. Und es war dann auch komisch, weil er nach der Stunde dann jeden gefragt hat, was er glaubt, was er für die Stunde verdient, Plus, Ringerl, Minus, ja. Und ja, hat er gesagt: „Ja XY, dir geb ich ein Plus, weil du hast was gemacht, was du dir eigentlich nicht getraut hast“ und so. Das war auch komisch.
- I: Ok, und wenn der Lehrer bittet etwas vorzuzeigen, machst du das gerne und was denkst du dabei?
- E: Also wenn ichs kann, dann meld ich mich schon, wo ichs nicht kann, meld ich mich nicht und wo ichs so halbert kann, ja bei C. is es immer so, da is es, wir sind eher so Bros alle, also die Guten mit ihm und wenn man irgendeinen Blödsinn sagt, dann sagt er gleich: „Ja XY komm gleich her.“ Und ich dann so „Na ich kann das nicht.“ „Na sicher, mach das einfach.“ Ja dann mach ichs halt. Und weils halt irgendwie

freundschaftlich is, is es auch nicht so schlimm, wenn ichs nicht kann. Er sagt dann halt: „das schaffst du schon.“ Und auch wenn mans nicht schafft is es wurscht oder so.

I: Ok, und habt ihr oder hattet ihr Prüfungen im Sportunterricht?

E: Ja also dieses Jahr hatten wir noch keine, aber glaub ich letztes Jahr hatten wir welche, ja Bodenturnen.

I: Und wie laufen die Prüfungen ab?

E: Also jeder geht vor, also es ist so einen Mattenreihe, also Länge aufgebaut und es ist dann einfach, er sagt dann einen Ablauf, so Rolle vorwärts, rückwärts dann Rad und so. Und du machst es halt durch und er schaut sich halt alles an.

I: Und was machen die anderen währenddessen?

E: Also ich glaub es war so, dass er einfach die Namen vorgelesen hat, wie er sie auf seinem Zettel stehn gehabt hat und die anderen, es hätten theoretisch alle zuschaun können.

I: Also daneben hat es nicht ein Programm gegeben oder so?

E: Nein

I: Und wie geht's dir bei den Prüfungen im Turnen generell?

E: Also im Turnen is es mir eher wurscht, weil, auch wenn ich vielleicht im Bodenturnen nicht so gut bin, da gibt's noch viel schlechtere. Aber wenn ichs gar nicht könnte, wärs mir lieber, wenn nicht alle zu schauen.

I: Ok gut, und gibt's noch andere Situationen, die für manche unangenehm sind und vielleicht Scham auslösen.

E: Keine Ahnung, vielleicht wenn wir wählen oder so, und man erst am Schluss gewählt wird.

I: Bist du schon mal als Letzter gewählt worden?

E: Nein eigentlich nicht.

I: Und hast du schon mal beobachtet, wie sich die anderen, also vor allem die schlechteren verhalten, wenn Mannschaften gewählt werden?

E: Also es war immer so, dass sie eher schon so, sie wissens eh schon so und sind schon so teilnahmslos und so „ja ich weiß eh schon, ich werd als letzter gewählt“ oder so und ja eher so, dass sies eh schon wissen und dann über was anderes reden und „aso ich bin gewählt und jetzt geh ich halt dort hin zu der Mannschaft, mir is es eh wurscht“ oder so.

I: Und dieses „ist mir eh wurscht“, glaubst du ist ihnen das wirklich wurscht oder wirkt das gespielt?

- E: Ich glaub es ist unterschiedlich auch.
- I: Ok, vorm Turnen muss man sich ja klarerweise umziehen, kannst du mir erzählen, wie das bei euch abläuft. Sind dir da schon unangenehme Situationen aufgefallen oder dass sich wer unwohl fühlt?
- E: Also das fällt mir nicht auf, weil ich bin da immer mit meinen Leuten und red da halt und zieh mich um schau nicht auf die anderen.
- I: Also du glaubst nicht, dass sich irgendwer in der Garderobe zum Beispiel wegen Äußerungen oder einem Verhalten von anderen schämt oder sich unwohl fühlt?
- E: Nein, aber ich glaub, wir sind überhaupt eher so eine Klasse, die da nicht irgendwie jemanden auslacht oder so. Und ich glaub auch das es wenn dann, wenn man kleiner is. Ich mein in der sechsten Klasse da ist man ja ein bisschen reifer oder so.
- I: Ok, und kannst du mir beschreiben, wie du dich fühlst wenn sich ein Freund oder ein Schulkollege offensichtlich schämt.
- E: Also wenn bei mir ein Freund, wenss so wär beim Umziehen, dann würde ich vielleicht schon irgendwas sagen „jetzt lassts ihn halt in Ruh“ oder so. Und so, weiß nicht, mit den Liegestütz oder irgendwie so was, das ist halt so, das is bei jedem, jeder hat so Situationen bei C. zum Beispiel, weiß nicht, das der Liegestütz nicht schafft oder der schafft den Salto nicht, oder, ja da sagt man nicht so viel, das is halt so. Und bei C. ist das eigentlich eh ein gutes Verhältnis. Und manchmal lachen wir halt, weil C. macht das noch irgendwie so, er schreit einen so pseudomäßig an „jetzt mach weiter“ und so. Aber er macht das halt irgendwie mit Spaß und so und dann ist es zwar lustig, aber nicht weil wir ihn auslachen, sondern weil die ganze Situation einfach.
- I: Und wenn du an andere Lehrer zurück denkst? Gibt's da Unterschiede in den Situationen, wo sich jemand schämt?
- E: Das kann ich jetzt nicht sagen, weil bei K. und F. da ham wir nie, also bei K. ham wir sowieso nur irgendwie Ball gespielt und die Hälfte hat halt gespielt und die andere ist herum gestanden und da wars eigentlich wurscht. Und da mussten wir nie was vorzeigen. Und bei S. da wars eigentlich gleich wie bei C.. Die sind sich eigentlich eh ziemlich ähnlich.
- I: Ok, dann kommen wir noch mal zum Liegestützbeispiel zurück. Da wurde ja eigentlich die Beschämung als Strafe verwendet, auch wenss da vielleicht nicht unbedingt ernst gemeint war. Ist dir das schon öfter aufgefallen, dass ein Lehrer jemanden bewusst in so eine Situation gebracht hat, um ihn zu bestrafen?
- E: Nein, aber wir ham eigentlich relativ gute Lehrer und von daher, ich kann mir schon vorstellen, dass es andere gibt, die das vielleicht machen.
- I: Und hängt die Häufigkeit, wie oft es zu beschämenden Situationen kommt deiner Meinung nach mehr von der Art des Lehrers ab, oder mehr von der Gestaltung des Unterrichts ?

- E: Also ich glaub beides, aber noch mehr wie das ganze aufgebaut is, zum Beispiel beim Geräteturnen. Also wenn du in der Mitte irgendwas machen musst, dann schämst du dich eher immer und wenns so aufgebaut is, dass man das alleine macht, dann is es „vielleicht schämst du dich vielleicht auch nicht“ dann kommt es vielleicht schon auf den Lehrer an, aber zumindest schau dir nicht alle zu.
- I: Ok dann sind wir eh schon fast fertig. Gibt's noch irgendwas, das du mir verschwiegen hast, was zum Thema passt?
- E: Das war zwar nicht direkt im Sportunterricht, aber am Skikurs.
- I: Erzähl nur.
- E: Das war auf zwei Skikursen. Also das Vorfahren war schon nicht angenehm und dann haben halt alle geredet „der ist in der Gruppe und er ist in der“ und beim ersten bin ich eben in die zweitbeste Gruppe gekommen und ein Freund, der eigentlich viel schlechter war, der irgendwie gefahren ist, ist irgendwie in die erste aufgestiegen. Und es war dann eigentlich eh ganz chillig, ich mein ich war zwar in der zweiten, aber war dort der beste. Und ich hätte dann eh in die erste kommen können, aber es ging dann irgendwie nicht, weil schon zu viele warn oder so. Und dann beim letzten Skikurs, da wars dann so, da bin ich in die beste gekommen gleich und dort wars dann aber irgendwie, dass ich dort der schlechteste war. Und es war dann schon so, dass die Frau Professor gefragt hat, ob ich da mitkomm oder ob sie mich nicht wieder zurückstufen soll. Ich bin zwar dort geblieben, aber nur weil da J. gesagt hat „ah er schafft das schon“ Aber im Nachhinein sag ich, in der zweitbesten wars eigentlich chilliger, weil ich dort halt der beste war. Außer, dass man nicht so die Freiheiten hatte beim freifahren, weil sie halt gesagt haben, dass wir halt nur die zweitbeste sind. Aber sonst wars eigentlich chilliger.
- I: Passt, dann letzte Frage
- E: Und mir ist nur jetzt, wie wir die Fragen durchgegangen sind, dass es manchmal vielleicht gar nicht so schlecht, wenn man sich ein bisschen schämt, weil zum Beispiel irgendwie wegen dem Vorturnen oder so, da hab ich dann zu Hause auch so Handstand und so geübt, weil ich das dann nicht in der Schule irgendwie nicht können wollte und wären die Prüfungen nicht gewesen, dann hätte ich das nicht gemacht.
- I: Das heißt, du hast dich vorbereitet, damit du nicht in eine beschämende Situation kommst.
- E: Ja
- I: So jetzt wirklich zum Abschluss. Jetzt nach allem, was wir besprochen haben. Wie würde deine eigene Definition von Scham lauten.
- E: Meine Definition von Scham. Ja wenn man sich irgendwie bei etwas schwer tut und es einem unangenehm ist, das zu machen, weil vielleicht dann auch mehr zuschaun, oder was. Und sich vor den anderen, weil die anderen das besser können, dass es dir dann peinlich ist, dass die dir da zuschaun und dus nicht kannst und ja.

I: Ok, dann danke auf jeden Fall.

ENDE DES INTERVIEWS

## **Transkription Schüler F**

Datum: 25.02.2013

I: So los geht's. Wie alt bist du?

F: 16.

I: Und in welche Schule gehst du?

F: Gymnasium Maroltingergasse.

I: Was ist das für ein Schulzweig?

F: Realgymnasium.

I: Gut, ich hab eh schon vorher gesagt, dass es um den Sportunterricht geht. Kannst du mir ein bisschen erzählen, was für dich generell Sport so bedeutet?

F: Im Unterricht?

I: Zuerst allgemein. Machst du in der Freizeit Sport?

F: Also ich persönlich mach Sport nicht, aber für mich heißt Sport eigentlich, keine Ahnung, also meistens eher im Team, das kommt halt auf die Sportart an und eher draußen. Es sei denn, man macht halt Krafttraining oder so was. Ja also wenn ich das Wort Sport hör, assoziiere ich es eher mit Fußball und keine Ahnung Ballspiele.

I: Ok, und hast du als Kind früher Sport gemacht?

F: Gemacht schon, aber eigentlich nicht aus Spaß, sondern einfach so. Also ich mein, wenn dann alle, keine Ahnung, Fußball spielen oder was weiß ich, dann mach ich halt mit.

I: Und in der Freizeit, dass du in einem Verein warst, oder so?

F: Also ich war in einem Basketballverein, aber eigentlich nicht wirklich weils mich interessiert hat, sondern einfach weil meine Eltern gemeint hatten, ich soll, weil ich ja eigentlich nichts gemacht hab, also ich mein nichts wirkliches, in meiner Freizeit halt Freunde treffen und so. Und da haben sie mir gesagt, ich soll mir einen Sport suchen und dann war ich eineinhalb Jahr beim Basketball.

I: Wann war das ca.? Wie alt warst du da?

F: Das war in der zweiten Klasse, glaub ich. Also ich war so 11 oder 12.

- I: Gut, jetzt kommen wir zum Sportunterricht, aber zuerst noch, auch wenn du jetzt nicht so gerne Sport machst, wie würdest du dich selbst einschätzen. Würdest du dich als sportlich einschätzen?
- F: Eher unsportlich, ja.
- I: Gut, dann kommen wir wirklich zum Sportunterricht. Kannst du dich an irgendeine unangenehme Situation erinnern.
- F: Für mich unangenehm?
- I: Ja für dich.
- F: Also eigentlich, naja nicht wirklich, also
- I: Es muss keine spezielle Situation sein, sondern einfach was dir im Sportunterricht als unangenehm in Erinnerung ist. Das muss auch nicht in dem Jahr sein, sondern
- F: Ja ok. Ich würd sagen das war, als mir mein Lehrer einen Basketball an den Kopf geworfen hat, als ich gesprochen hab mit irgendjemandem. (LACHT)
- I: Ok, interessante Situation. In welcher Klasse war das?
- F: Vierte.
- I: Ok. Ich weiß, es ist immer schwierig das in Wort zu fassen, aber kannst mir beschreiben was für dich genau das Unangenehme war in der Situation?
- F: Naja, es war einfach peinlich einen Ball an den Kopf zu bekommen, während ich mit jemandem ein Gespräch führe.
- I: Und was waren dabei so deine ersten Gedanken?
- F: Aua, was hat meinen Kopf getroffen?
- I: Ok, und danach?
- F: Danach war es einfach, keine Ahnung, es war einfach wirklich peinlich, weil er hat mich dann auch noch vor allen Leuten angeschrien und ich bin einfach nur dagesessen und hab mich am Kopf gehalten und alle haben mich angestarrt.
- I: Und irgendwie Gefühle oder so, hattest du
- F: Nein nicht wirklich, ich mein, er hat mich ja beleidigt oder was weiß ich.
- I: Und hast du noch eine Reaktion gezeigt, außer dass du nur dagesessen bist?
- F: Nein nicht wirklich, weil es war der Herr Professor K. und bei dem sagt man nichts zurück.

- I: Kannst du beschreiben, weil du gesagt hast, alle haben dich angestarrt, hast du da herumgeschaut, oder wie hast du
- F: Keine Ahnung, sie haben eigentlich, also ich würd nicht sagen, sie haben mich angeschaut und so auf die Art, dass sies lustig fanden, sondern eher so „was ist jetzt passiert, was passiert jetzt?“ Also eher sensationsgeil, wenn man das so sagen kann.
- I: Ja, kann man eh so sagen. Ok, du hast ja gesagt, es war peinlich für dich.
- F: Ja
- I: Weil mein Thema der Diplomarbeit geht um Scham und Beschämung und das hat ja damit zu tun. Meinst du, dass du dich geschämt hast in der Situation in gewisser Hinsicht?
- F: Also eigentlich nur vor meinem Professor, weil er hat, glaub ich, irgendwas erklärt oder so, wenn ich mich richtig erinnere und ich mein, ich hab einen Ball an den Kopf bekommen, weil ich nicht genug Respekt gezeigt hab. Und ich mein, da schämt man sich dann schon, dass man nicht mal fünf Minuten ruhig sein kann.
- I: Ok gut. Und wenn du jetzt an Scham denkst, was assoziiert du damit oder was fällt dir dazu ein?
- F: Mit dem Wort Scham?
- I: Mhm
- F: Das ist schwer.
- I: Das hab ich am Anfang vergessen, es gibt kein richtig und falsch, sondern
- F: Ja sowieso, aber die Frage ist eigentlich, also ich weiß nicht, was verbinde ich mit dem Wort Scham.
- I: Oder besser, was ist für dich Scham?
- F: Naja keine Ahnung, wenn man sich bloßgestellt fühlt vor anderen Leuten, weil, naja aus verschiedenen Gründen, halt wenn man zum Beispiel was falsch gemacht hat, oder keine Ahnung, wenn man sich was vorgenommen hat und erfolglos war. Dann schämt man sich eigentlich auch. Und ja, keine Ahnung, ich empfinde das Gefühl Scham nicht so oft. (LACHT)
- I: Und Beschämung?
- F: Jemanden anderen zu beschämen?
- I: Ja zum Beispiel.
- F: Na ich versteh das jetzt nicht wirklich. Wie beschämt man jemand anderen?

- I: Beschämen zum Beispiel, ich würde sagen, du wurdest, weil er dir den Ball an den Kopf geworfen hat,
- F: Hat er mich beschämt. Ja versteh schon
- I: Passt, ist auch nicht so wichtig, wenn du damit nicht so viel
- F: Naja einfach vor anderen Leuten irgendetwas machen, dass den anderen peinlich, dass den anderen sich schlecht fühlen lässt bzw. bloßstellt. Oder dem anderen einfach etwas antun, dass er nicht will und keine Ahnung, dass er vor anderen Leuten schlechter dasteht so zusagen.
- I: Ok gut, und dann gibt es ja noch, du hast eh schon gesagt peinlich, dann gibt es noch Peinlichkeit und Verlegenheit. Was fällt dir dazu ein?
- F: Zu Peinlichkeit und Verlegenheit. Kann ich auch noch ein Beispiel nennen?
- I: Ja du kannst alles sagen.
- F: Mir ist es zum Beispiel peinlich, wenn ich im Unterricht eine Antwort laut raus schreie, weil ich denken, dass sie richtig ist, und sie dann falsch ist. (LACHT)
- I: Ok, und Verlegenheit?
- F: Ist das nicht so ein bisschen wie schüchtern sein, oder? Ich weiß nicht wirklich was das Wort bedeutet. Ich mein ich habs oft gehört, aber ich hab mir darüber keine Gedanken gemacht.
- I: Ok, gut dann kommen wir wieder zum Sportunterricht, dann brauchen wir nicht mehr mit irgendwelchen Begriffen herum tun. Kannst du dich an eine oder auch mehrere Situationen erinnern, wo sich ein Freund von dir, oder es muss auch kein Freund gewesen sein, also einfach ein Mitschüler im Sportunterricht geschämt hat?
- F: Ja, oft eigentlich. Also, ok ich muss jetzt keine Namen nennen, oder?
- I: Nein, nein.
- F: Ok gut. Also es gibt halt Kinder, die ein bisschen dicklicher sind und sich dann, also es beginnt ja schon im Umkleideraum, dass sie sich da schon schämen. Und da schämen sie sich, schätz ich mal, für ihren Körper, also ich mein, wofür sonst. Weil, also wenn man herum sieht und ich kann mir halt vorstellen, wenn man ein bisschen dicker ist und dann sieht man halt andere Leute mit einem Sixpack oder was weiß ich, also dann sieht man auch manchmal wie sie sich einfach so unter ihrem Leiberl verstecken, also während sie sich umziehen einfach versuchen ihren Körper zu verstecken, obwohl das eigentlich eh allen egal ist.
- I: Aber das kommt vor, also das siehst du?
- F: Ja auf jeden Fall. Dann im Sportunterricht an sich, wenn man zum Beispiel, keine Ahnung, Liegestütz macht oder so und dann gibt's halt Leute, die das nicht schaffen, also ein paar schaffen sie halt, aber dann nicht durchzuhalten. Oder eigentlich bei

allem was man, also so bei Krafttraining im Großen und Ganzen bei den ganzen Übungen. Ich würd sagen da schämen sich schon einige Leute. Oder es gibt auch die, die eigentlich durchhalten und es schaffen, aber viel länger brauchen und dann warten alle auf die und dann sieht man auch, dass sie sich ein bisschen schämen, weil die brechens dann manchmal auch einfach ab, weil dann sehn sie, alle sind fertig, dann ist es auch schon wurscht, ob ich fünf Liegestütz mehr oder weniger mach.

I: Und woran erkennst du, woran siehst du

F: Naja einfach, also das waren jetzt zwei verschiedene Beispiele, aber wenn die Leute einfach aufhören mittendrin, dann, also ich mein, dann schauen sie so herum, ob jemand gemerkt hat, dass sie aufgehört haben, oder wenn der Professor sie vor allen Leuten anschreit, dass sie halt durchhalten sollen und ich mein, ich verstehs auch, das ist halt seine Art von Motivation, aber gleichzeitig wenn man es wirklich nicht mehr kann, dann ist das sicher auch für jemanden beschämend. Aber die andere Peinlichkeit ist dann, wenn man, also angenommen der ganze Raum soll 20 Liegestütz machen und es sind wirklich alle fertig und du hast noch irgendwie fünf vor dir und dann merkst du, dass alle schon stehn und warten und eigentlich auf dich schau und wenn du dann einfach aufstehst und aufhörst und dann so dich noch entschuldigst, dann merkt man irgendwie auch, dass du dich unwohl gefühlt hast.

I: Und was geht dir dann, so zu sagen, durch den Kopf, wenn du so eine Situation beobachtest?

F: Also eigentlich nicht viel. Ich zerbrech mir nicht wirklich den Kopf darüber.

I: Oder wie verhältst du dich dann in solchen Situationen?

F: Ich, also ich mach ja eigentlich gar nichts, ich steh dann einfach nur herum und denk mir „ja gut, der hat jetzt“, also ich kümmer mich nicht drum, aber ich würd sagen, wenn ich so darüber nachdenken, dann hab ich irgendwie schon Mitleid, halt mit denen, die sich für ihren Körper schämen erst einmal und auch eigentlich mit denen, die es probieren und nicht schaffen. Weil es ist halt, das Problem ist halt meiner Meinung nach, dass es, so viele Leute sind halt zusammen auf einem Fleck und dann gibt's halt keine Ahnung, die, die jeden zweiten Tag im Fitnessstudio sind und dann gibt's irgendwie die, die es nicht einmal schaffen ein paar Kilo zu verlieren. Und ja, keine Ahnung, ich mein ich find das halt dann, also nicht traurig, aber ich hab dann Mitleid mit denen.

I: Und in der Garderobe, war das für dich schon einmal ein Problem oder gab es eine unangenehme Situation?

F: Eigentlich nicht wirklich, also unangenehm war es für mich bis jetzt nicht, glaub ich, aber es war glaub ich einmal, dass war so in der zweiten Klasse, da war ich nämlich ein bisschen dicker, also ich glaub ich hatte, keine Ahnung wie viel ich gewogen habe, aber ich war halt ein bisschen dicker und dann wollte mir irgendwer, also ich weiß nicht mehr ganz genau, was da war, aber ich hatte glaub ich einen Döner und dann hat jemand gesagt, dass ich nicht so viel essen soll. Das war halt dann irgendwie unangenehm. Aber ich fand das jetzt eigentlich auch nicht so schlimm.

- I: Und hast du dann, wenn du dich zurück erinnerst, irgendwas gemacht oder eine Reaktion gezeigt, dass du nicht mehr in solche Situationen kommst, oder so?
- F: Also wie, ob ich abnehmen wollte?
- I: Ja, oder dass du zum Beispiel
- F: Ja keine Ahnung, ich hatte eine Essstörung, aber nicht unbedingt deswegen, schätze ich. Das war auch schon früher im Kindergarten, da hat mir meine Ärztin irgendwie gesagt, dass ich zuviel wiege und dass keiner fett Freunde haben will. Ich schätze mal, dass war ihre Schuld, weil das ist dann später wieder gekommen so vor zwei Jahren, aber das hat jetzt eigentlich nichts mit dem Turnunterricht zu tun.
- I: Ok, dann kommen wir wieder in den Unterricht selber. Du hast eh schon gesagt, dass zum Beispiel die Liegestütze für manche beschämend sind und grad, du hast es eh schön beschrieben, diese Blicke, wenn alle
- F: Ja ich würd halt sagen, dass das das ist einfach.
- I: Kannst du dich da an eine Situation erinnern, es muss jetzt nichts mit Blicken zu tun haben, aber wenn schon ist es ok, wo du dich geschämt hast?
- F: Also mit Blicken hat das eigentlich nichts zu tun, aber wir sollten alle Liegestütze machen mit einer von diesen Turnmatratzen, oder wie nennt man die?
- I: Turnmatten
- F: Ja Turnmatten genau, nicht Matratzen. Also auf dem Rücken sollten wir Liegestütz machen und ich glaub, ich hab vier geschafft oder so und dann konnte ich nicht mehr, aber das hat halt, glaub ich, eh keiner gesehen, obwohl wir hatten halt einen Partner, aber das war irgendwie ein guter Freund von mir und da war mir das auch egal. Es war halt irgendwie nur, weil ich glaub, er hat dann noch versucht mir zu helfen, indem er so die Matte ein bisschen angehoben hat auf der einen Seite und ich habs trotzdem nicht geschafft.
- I: Aber dass du dich geschämt hättest, meinst du
- F: Ich glaub ich hätt mich auf jeden Fall geschämt, wenn das alle gesehen hätten? Also vor meinem Freund, es war auf jeden Fall nicht so schlimm, wie es hätte sein können, also ein bisschen Scham war schon da, aber es war nicht irgendwie dramatisch, keine Ahnung.
- I: Ok, und so spezielle Situationen im Sportunterricht, kommt es vor oder hat es so Situationen gegeben, wo ihr Sachen vorzeigen musstet?
- F: Das letzte Mal irgendwie vor, ich glaub das war vor drei Jahren oder so. Weil sonst machen wir das eigentlich nicht mehr, obwohl ich mein, ich bin mir nicht sicher, weil letztes Jahr haben wir das nicht gemacht, so weit ich weiß und dieses Jahr war ich halt nicht da. Aber ich weiß noch in der zweiten und dritten Klasse hatten wir immer Rolle vorwärts und so was.

- I: Und war das irgendwie speziell unangenehm für dich?
- F: Also jetzt wo du erwähnt hast, ich kann das Rad nicht bis zum heutigen Tag und ich konnte es nie. Und mein Lehrer wollte halt unbedingt, dass ich es mache und ich wusste nicht einmal wie das, also wo ich meine Hand hintun soll und so weiter und er hat gesagt: „machs einfach!“ und das war halt so, alle sind auf einer Bank gesessen und da waren die Matten in einer Reihe und ich sollte ein Rad machen und ich wusste nicht wie das geht und hab mich einfach auf den Boden geworfen. Das war peinlich. Also irgendwie das Rad hasse ich.
- I: Dass solche Situationen unangenehm sind, ist irgendwie auch klar, aber hast du irgendwelche Strategien entwickelt, dass du nicht mehr in solche Situationen gekommen bist.
- F: Wie, also jetzt speziell mit dem Rad?
- I: Ja, aber auch bei anderen Situationen.
- F: Ja wir haben das halt eh öfters geübt, aber ich hab die Übung irgendwie ausgelassen, das heißt, wenn er gesagt hat, wir sollen eine Rolle vorwärts, eine Rolle rückwärts und ein Rad machen, dann hab ich das Rad einfach ausgelassen. Und so lange ers nicht abgeprüft hat war es ja eigentlich auch schon egal, weil andere Schüler kümmert es nicht, ob du dein Rad jetzt machst oder nicht.
- I: Und generell, würdest du sagen, dass du, wenn du irgendwas vorzeigen musst, dass dir das eher gefällt oder eher nicht?
- F: Eher nicht gefällt.
- I: Weil?
- F: Weil es ist nicht nur der Lehrer, der dich beurteilt, sondern irgendwie auch die Schüler, also ich mein ganz ehrlich, ich glaub, es ist ihnen egal, aber trotzdem vor anderen Leuten will ich das eigentlich nicht machen.
- I: Das heißt, wenn der Lehrer jetzt bittet etwas vorzuzeigen, würdest du dich nicht unbedingt melden?
- F: Aso, also freiwillig auf gar keinen Fall.
- I: Und habt ihr Prüfungen im Sport?
- F: Ich glaub, ich bin mir nicht sicher, aber ich glaub letztes Jahr hatten wir irgendwas mit einem Seil, also an einem Seil hochzuklettern, aber ich erinnere mich nicht wirklich daran, um ehrlich zu sein. Aber ich glaub so was machen wir jetzt.
- I: Aber du hast keine Prüfungssituation in irgendeiner Klasse speziell in Erinnerung?
- F: Nein, nicht im Turnunterricht, nicht wirklich. Nur das mit dem Rad vor drei Jahren.

- I: Gut, und ist es schon einmal vorgekommen, von Mitschülern hast du ja schon erzählt, aber ist es schon gekommen, dass sich ein wirklicher Freund von dir geschämt hat?
- F: Also meine Freunde sind eigentlich so spitze im Sport, das heißt eigentlich nicht wirklich, nicht das ich wüsste, nein. Obwohl, naja früher hatte ich einen Freund, aber der geht jetzt nicht mehr in meine Schule und der war halt dicker, also eigentlich schon dick und unsportlich. Und ich glaube, er wollte irgendwie nicht mehr mitmachen oder so und er hat sich die ganze Zeit einfach auf den Bauch gelegt und dann hat unser Turnlehrer ihn irgendwie vor der gesamten Mannschaft angeschrien, nicht Mannschaft, halt vor der gesamten Klasse und ihm gesagt, dass er sich bewegen soll oder für immer so bleibt. Und ich mein, man kann sich denken, was er gemeint hat. Er hats halt nicht genau so gesagt. Und ich mein, das fand ich wirklich richtig gemein.
- I: Und kannst du dich erinnern, was du da gemacht hast?
- F: Nein, weil wir ham ja nicht miteinander darüber geredet oder so. Aber ich kann mir schon vorstellen, dass es ihn verletzt hat, aber gleichzeitig will ich auch nicht dran rühren, weil ich mein, er ist halt dick und mich stört das ja nicht, aber man geht halt nicht zu Leuten und sagt ihnen so: „ja soll ich dir mit dem Abnehmen helfen?“ oder was weiß ich. Ich weiß nicht was ich getan hätte.
- I: Ja verstehe schon, versteh gut was du meinst. Gut, dann kommen wir noch zu ein bisschen was anderem. Also eigentlich hast du mit deinem Beispiel damit begonnen. Wir kommen zu den Lehrern, zum Verhalten von den Lehrern. Kannst du generell, ganz kurz sagen, was du an Sportlehrern gut findest und was du nicht so gut findest?
- F: Naja, das ist eigentlich immer anders, aber ich finds gut, wenn ein Sportlehrer vorzeigt, zum Beispiel die Übungen und so, weil da gibt's manche Lehrer, die nichts tun und ich versteh nicht wirklich, also eigentlich wieso sie da sind, weil keine Ahnung. Ich finds auf jeden Fall nicht gut, wenn Sportlehrer ihre Schüler anschreien, also wenns nicht sein muss. Bzw. anschreien, wenn die Schüler etwas nicht schaffen, aber es probiert haben. Ich versteh es natürlich, wenn ein Sportlehrer jemanden anschreit, weil er quatscht oder was weiß ich, aber es sollte auf jeden Fall begründet sein, aber das ist auch mit jedem Lehrer so. Und die meisten Sportlehrer haben halt ihre Techniken, die Schüler zu motivieren und das find ich eigentlich gut oder wenn ein Sportlehrer auf die Wünsche der Schüler eingeht, das heißt zum Beispiel, wenn er uns fragt, was wir machen wollen heute. Das ist was Positives.
- I: Passt. Und du hast ja am Anfang gesagt, dass eigentlich eine Beschämung bei dir ausgelöst wurde durch diesen Wurf mit dem Basketball. Fallt dir noch eine andere Situation ein, wo entweder du oder ein Kollege von dir, aufgrund von irgendeinem Verhalten vom Lehrer, als entweder irgendeine Aussage oder durch die Körpersprache oder wie er geschaut hat oder was er gemacht hat, dadurch Scham empfunden hat?
- F: Also ich mein, bestraft werden Schüler schon oft, aber schämen tun sich die meisten, glaub ich, nicht.
- I: Kannst du mir so eine Situation beschreiben?

- F: Keine Ahnung, es ist halt, so oft passiert das jetzt eigentlich auch nicht, worüber ich eigentlich froh bin. Zum Beispiel unser Lehrer sagt halt, wenn wir fluchen im Unterricht, weil wir irgendwas nicht schaffen, dann müssen wir Extraliegestütze machen und so, aber da schämt man sich auch nicht wirklich. Ich glaub, das ist mir grad eingefallen, ich glaub man schämt sich, wenn die Teamkameraden wegen dir, weil du irgendwas falsch gemacht hast, keine Ahnung auch bestraft werden. Weil mir ist es zum Beispiel auch egal, wenn mein Lehrer mir irgendwie sagt: „ja du redest zu viel, mach zehn Liegestütze“ aber wenn er dann sagt, dass meine ganze Mannschaft wegen mir Liegestütze machen muss und die das nicht wollen, dann schäm ich mich irgendwie auch dafür.
- I: Und das ist auch schon vorgekommen?
- F: Also ich war nicht unbedingt die Person, die es ausgelöst hat, aber ( ??? )
- I: Verstehe, und meine nächste Frage wäre noch, ob du schon erlebt hast, dass ein Lehrer so eine Beschämung als Strafe verwendet hat, also in dem Sinn, er weiß ganz genau, der kann das nicht zum Beispiel und sagt dann: „du tratscht gerade, gut dann komm her und mach das vor allen.“
- F: Wo der weiß, dass der Schüler das nicht kann?
- I: Oder eher weiß, dass er das nicht kann.
- F: Nein, ich glaub nicht, dass das schon mal passiert ist. Also so böartig sind unsere Lehrer auch wieder nicht.
- I: Na Gott sei Dank. Und ihr habt ja nicht immer denselben Lehrer gehabt, zumindest zwei verschiedene auf jeden Fall.
- F: Ich glaub, ich hatte mittlerweile fünf verschiedene.
- I: Ok gut, und meinst du, dass Lehrer gibt, bei denen es öfter zu so Situationen kommt, wo sich jemand schämt? Es muss jetzt keine absichtliche Beschämung sein, aber glaubst du, dass es da Unterschiede gibt?
- F: Ja, definitiv. Weil es gibt so Lehrer, die strenger sind und auf jeden Fall sehr viel Disziplin verlangen in ihrem Unterricht und wenn da jemand, kein Ahnung, sich falsch verhält, also so, wie er es nicht will, dann wird er auf jeden Fall irgendwie runter gemacht, sag ich jetzt mal, also es muss nicht unbedingt bestraft sein, aber auch halt vor allen Leuten angeschrien oder was weiß ich. Und das ist dann nicht unbedingt nur „sei leise“ dass kann dann auch schon ein bisschen gemeiner werden. Und dann gibt's halt andere Sportlehrer, die von Anfang an lässig wirken und dann machen die Leute halt auch mit. Also keine Ahnung, wenn sich ein Lehrer halt wirklich für sein Unterrichtsfach interessiert und sich immer was Lustiges ausdenkt, keine Ahnung, also wo man sieht, dass es ihm Spaß macht und auch gleichzeitig den Schülern Spaß macht, dann passiert so was eigentlich so gut wie nie, einfach weil von beiden Seiten kommt es einfach nicht dazu.

- I: Gut, und glaubst du hängt die Häufigkeit, dass es zu so Schamsituationen kommt, hängt das, glaubst du mehr vom Charakter des Lehrers bzw. der Art des Lehrers ab, oder mehr von der Gestaltung des Unterrichts.
- F: Ich würd sagen, es ist beides dabei, aber eher vom Charakter des Lehrers. Auf jeden Fall, ja.
- I: Und warum glaubst du da?
- F: Naja, nur wegen einem Konzept von dem Unterricht des Lehrers wird niemand beschämt, sondern eigentlich nur von deren Verhalten und der Reaktion des Lehrers. Also wenn der Lehrer so und so auf etwas reagiert und seine Reaktion jemand anderen sich schämen lässt, dann hängt das halt vom Charakter des Lehrers ab.
- I: Gut dann sind, wir eigentlich eh schon fast am Ende, nur noch zwei Fragen. Fällt dir sonst noch irgendwas zu Scham ein, Scham und Sportunterricht, was du mir noch erzählen kannst oder möchtest?
- F: Eigentlich nicht, nicht das ich wüsste.
- I: Ok, macht auch nichts, du hast eh schon einiges gesagt. Und dann abschließend, nach all dem was wir geredet haben, was wäre deine eigene Definition von Scham.
- F: Uch, meine eigene Defintion.
- I: Wie gesagt, es gibt kein richtig und kein falsch, sondern einfach nur ein Defintionsversuch von dir.
- F: Scham ist, wenn man sich vor anderen Leuten bloßgestellt fühlt, wegen Taten, die man zuvor begangen hat.
- I: Sehr schön, passt, perfekt.

ENDE DES INTERVIEWS

## **Transkription Schüler G**

Datum: 02.03.2013

- I: So, hallo, also wie alt bist du und in welche Schule gehst du?
- G: Ich bin 15 Jahre alt, ich geh auf die S., BRG ...
- I: Das ist ein normales Gymnasium?
- G: Realgymnasium
- I: Das heißt ab der dritten real?

- G: Ja, na ich glaub eigentlich erst ab der fünften, Oberstufe, ah dritte, weißt nicht.
- I: Und irgendwelche Sprachen?
- G: Welche Sprachen? Ab der fünften hat man entweder Latein oder Französisch und ich Französisch.
- I: Passt, gut, es geht, ich habs eh schon erzählt, um Sport und Sportunterricht, kannst du mir generell erzählen, was für dich Sport bedeutet.
- G: Sport heißt für mich Bewegung in erster Linie und auch irgendwie Spaß. Spaß an Bewegung.
- I: Ok, und machst du viel Sport?
- G: Ja auch privat halt selber, weil Sport mir viel Spaß macht. Ich geh klettern, wenn es grad schön ist, Rad fahren, auch viel mit Freunden und ja.
- I: Perfekt, und auch im Verein oder irgendwas?
- G: Ich war im Verein Leistungsturnen, nur zeitmäßig und wegen dem, der Konstellation des Teams dort hab ich dann aufgehört.
- I: Ok, und von wann bis wann warst du da im Verein?
- G: Von zwölf bis vierzehn also, naja drei Jahre eigentlich, von elf bis vierzehn.
- I: Und hast du als Kind, als du noch jünger warst?
- G: Als Kind? Naja nicht regelmäßig, aber ich war halt wandern mit meiner Familie, alles Mögliche und auch ab und zu in einer Kletterhalle, aber noch nicht regelmäßig. Regelmäßig mach ich erst seit so zwei Jahren Klettern.
- I: Ok, und wie würdest du dich selbst beschreiben? Als sportlich?
- G: Ich würd schon sagen, dass ich sportlich bin, weil ich viel Sport auch mache.
- I: Gut, dann kommen wir zum Sportunterricht. Ich hab dir eh schon erzählt, es geht um unangenehme Situationen. Fällt dir irgendeine Situation ein, die dir im Sportunterricht irgendwann unangenehm war?
- G: Na unangenehm ist natürlich immer, wenn man etwas nicht kann und dann irgendwie alle schon was machen, aber man selber es irgendwie nicht zambringt oder nicht schafft. Das ist halt irgendwie, wo ich mir denk, das ist die größte unangenehme Situation für, ich glaub, fast jeden. Außer man ist natürlich sehr lernwillig oder, ich mein jeder ist lernwillig, aber es ist schon ein komisches Gefühl, wenn alle dann schon, was weiß ich, was schaffen und du halt als einziger nicht.
- I: Ist das bei dir auch schon vorgekommen?

- G: Naja, nicht so direkt, aber es gibt viele Sachen die ich nicht so gern mag und dann auch nicht so gut kann, zum Beispiel Fußball. Fußball mag ich überhaupt nicht so gerne. Und es ist irgendwie schon zack, wenn alle zum Einspielen irgendwie den Ball sich holen und rumspielen und ich denk, ich hab keinen Bock und dann sitz ich irgendwie allein da und was weiß ich, üb mit einem Volleyball oder so was ist dann schon irgendwie komisch.
- I: Ok, und es geht ja bei mir im Prinzip um Scham und Beschämung, das ist eigentlich das Hauptthema. Meinst du, dass du dich da irgendwie schon mal geschämt hast in so einer Situation?
- G: Also eigentlich nicht, ich habs, glaub ich, eher bei anderen gesehn, aber dass ich mich selber geschämt hab, eher nicht. Ich war eher so frustriert, dass ich irgendwas nicht geschafft hab oder vielleicht auch eher so Selbstkritik eher an mir ausgeübt hab. Aber irgendwie, dass ich mir gedacht hab, ui, naja Scham fühl ich da irgendwie nicht, nein.
- I: Ok, dann kommen wir zu diesen Begriffen. Was fällt dir überhaupt zu Scham ein? Was ist das für dich?
- G: Scham für mich ist, wenn ich, wenn es für mich absolut eine unangenehme Situation ist, wo ich dann auch irgendwie so schnell wie möglich rauskommen will und wenn ich, ja, wenn ich eigentlich irgendwie, Scham, wie würde ich das definieren? Unangenehm, auf jeden Fall unangenehm und nicht wünschenswert, auf keinen Fall.
- I: Und Beschämung?
- G: Beschämung, ich weiß nicht mal, in welchem Zusammenhang ich das verwenden würde. Wie meinst du das?
- I: Beschämung, es gibt eben Scham und Beschämung. Also Beschämung ist zum Beispiel, wenn ich aktiv jemanden beschäme, das ist mehr so dieses, ich bringe jemanden in eine Situation, wo der sich
- G: Aso, wo der sich schämen könnte.
- I: Aber egal
- G: Das erlebe ich nicht wirklich. Nein wir sind da eher freundschaftlich auch irgendwie in der Klasse und auch zu den Lehrern, dass das nicht wirklich vorkommt, dass du jetzt zu jemandem gehst und sagst: „Ja was kannst das nicht“ das ist ja, das kommt bei uns nicht vor.
- I: Und dann gibt's ja in dem Zusammenhang noch die Peinlichkeit und Verlegenheit. Was fällt dir dazu ein?
- G: Peinlichkeit und Verlegenheit, naja hm, wenn du, du kannst natürlich verlegen sein, wenn du irgendwas Blödes machst, keine Ahnung es ist irgendwie beim, beim Volleyballspielen, du denkst grad an irgendwas anderes und der Ball fällt direkt neben dich und du: „wööh, oh tschuldigung, ja es ist halt“ und naja verlegen, ich bin nicht wirklich verlegen im Unterricht.

- I: Ok, dann kommen wir jetzt wieder zum Sportunterricht zurück. Du hast vorher schon gesagt, du erlebst es bei anderen mehr. Kannst du mir da irgendeine Situation beschreiben, wo sich ein Freund von dir oder ein Mitschüler
- G: Ja, naja in der Unterstufe hatten wir einen, der war ziemlich übergewichtig, also ziemlich, er war halt nicht sehr sportlich und war auch nicht sehr sportwillig und, die Beschämung meinst du, so wie er beschämt?
- I: Ja wo entweder er beschämt wurde, oder er einfach Scham empfunden hat, aus was für einem Grund auch immer.
- G: Ja und es ging halt darum irgendwie, nein, die größte Situation, wo sich jemand glaub ich geschämt hat, war der T.. Er ist Basketballer und er ist groß und dünn und ist halt der irrsinnige Ballfan und da wars glaub ich für ihn die größte Scham, wies um Handstützüberschlag ging und also nur üben und nur mit halten und den Handstand und mit umfallen und so und wie er das absolut nicht hingekriegt hat, weil er hat einfach keine Körperspannung. Er ist groß und eigentlich ein schlacksiger Typ, was perfekt fürs Basketball ist, nur da war er vollkommen beschämt, wies darum ging, dass er das einfach nicht zugebracht hat. Und dann ist er auch, dann wollte er das nicht mehr machen und alle ham sich gefragt: „ja warum willst du das nicht, probiers doch noch mal“ „nein, nein, nein, das kann, das ist ein Blödsinn, das gefällt ma nicht, das brauch ich nicht, nein warum“. Dann ging er halt sozusagen auf Abwehr und das ist schlecht und da hat man eigentlich gesehn, dass er sich eigentlich dafür schämt, dass er das als sportliches Kind nicht kann.
- I: Und wie war es, wenn du versuchst zu beschreiben, was dir durch den Kopf gegangen ist, als was hast du dabei gedacht?
- G: Ah, ich hab mir gedacht, naja man kanns halt, es ist immer wie du auf die Situation reagierst, wenn, viele Leute, also er reagiert halt darauf, dass er sagt, es ist dumm, aber ich find, ich hab mir eigentlich eher gedacht, warum er es nicht einfach öfter probiert, man kann vieles erlernen, man kann eigentlich alles erlernen wenn mans will. Und ja, ich find irgendwie, ich hab seine Reaktion schlecht gefunden eigentlich. Und ziemlich demotivierend für andere, die vielleicht mehr Chancen hatten und dann, dass er sie runtergezogen hat und die sich vielleicht auch gedacht haben: „Geh bitte ich will lieber kicken gehen“ oder so was.
- I: Und wie hast du dich in der Situation verhalten? Kannst dich da erinnern, was du gemacht hast?
- G: Ich hab mich rausgehalten, weil ich hab gedacht, das ist eine Sache zwischen meinem Turnlehrer und ihm.
- I: Ok, gut wenn du jetzt noch mal kurz, du hast zwar gesagt, dass du dich selten schämst, aber kannst du dich an eine Situation erinnern, wo du beteiligt warst, die zumindest einer Schamsituation ähnlich gekommen ist?
- G: Ääh, naja ich glaub am meisten eher noch, wenn wir in Gruppen zusammen gespielt haben, in kleineren Gruppen und ich war dann sozusagen irgendwie der Grund, warum, was weiß ich, warum wir dann nicht gewonnen haben oder warum irgendwas. Das ist dann schon irgendwie so ein Gruppenscham und wennst dann

besonders du der Grund bist, dann ist das vielleicht schon irgendwie die Gruppensituation.

I: Ok, und wie bist du dann damit umgegangen, wenn du mir das beschreibst?

G: Ja, naja ich bin eher damit umgegangen, dass ich sozusagen gesagt hab: „tschuldigung, mein Gott das konnt ich halt jetzt nicht so gut, beruhigt euch, also ihr müsst jetzt nicht rummeckern, ja wir ham das halt jetzt nicht geschafft und wir ham das nicht gewonnen, egal, ja wir können anderes.“ Ich bin dann eher so, ja so ist es, wir können natürlich, beim nächsten Mal kann ich mich mehr anstrengen, aber ich hab eher, ich hab das nicht sehr persönlich genommen, wobei ich mir irgendwie denke, wie so sollten die das an mir auslassen.

I: Und die anderen, wie haben sie sozusagen, was war die unangenehme Sache am Verhalten der anderen? Was ham sie gemacht?

G: Das Unangenehme ist natürlich, dass du dann jemanden, dass du zu jemandem hingehst und ihn bloßstellst, indem du sagst: „Du kannst das nicht“ und das kam bei mir eigentlich nur in der Unterstufe vor. Das ist halt immer so, wenn alle noch die ganzen Kinder sind und viel Jünger, da kam das eher eigentlich vor. Jetzt in der Oberstufe überhaupt nicht, wenn ich jetzt so denke, dann weiß auch der Sportlehrer mehr, was man gern hat und wo man jemanden zuteilt und so. Und in der Unterstufe eher so, da wars halt so: „du kannst das nicht“.

I: Es ist eh ok, es geht nicht nur um jetzt, sondern um das ganze Gymnasium. Wenn du Situationen aus der Unterstufe hast, passt das genauso. Gut, dann kommen wir zu ein bisschen spezielleren Situationen. Zum Beispiel das Vorzeigen, das kommt in der Unterstufe vielleicht öfter vor, aber wie ist das für dich, meldest du dich, wenn dich ein Lehrer bittet etwas vorzuzeigen?

G: Ich meld mich dann, oder werd eigentlich eher nur von meinem Sportlehrer dann genommen was vorzuzeigen, wenn er weiß, dass ich das kann oder das ich das gut kann. Oder wenn er meint, dass die anderen aus dem, was ich mache, was lernen können. Und ja, wenn er meint, ich war Leistungsturnen, ja XY mach einen Handstützüberschlag, dann mach ich den und sozusagen, ja, wenns darum geht, keine Ahnung, einen Ball irgendwo drüber zu schießen, dann nimmt er mich sicher nicht dran und so bin ich eher nur ein Vorzeigeobjekt eigentlich für das, was ich kann.

I: Ok gut, und wie ist das für dich?

G: Also es macht mir eigentlich Spaß, ich mein, also wenn ich was kann, dann ist es natürlich schön und gut das zu zeigen, dass ich das kann, schon. Und wenn ich es nicht kann, dann weiß ich nicht, warum ich etwas vorzeigen sollte. Dann ist das eher Beschämung.

I: Ja, und Prüfungen, habt ihr welche im Sport?

G: Prüfungen?

I: Oder hattet ihr welche?

- G: Ja einmal, ich glaub da ham wir halt das Projekt Handstützüberschlag gemacht eben zu dem Turnen, zum Thema eben, dass wir, dass unser Lehrer gemeint hat, wir müssen auch was anderes halt im Sportunterricht machen. Was auch vollkommen gscheit ist. Und dann ham wir das aufgebaut und verschiedenen Stationen gemacht, zuerst einen Handstand, dann dass man den kann, dass man da halt mit der Situation umgeht, mit Hilfen und am Ende gabs da halt so eine Prüfung, wie weit du gekommen bist. Und der XY hatte eine fünf drauf, weil er einfach sozusagen aus Abwehr gesagt hat: „Nein das mach ich nicht und ich üb das auch gar nicht mehr und ich brauch das auch gar nicht“ und dann hat halt das jeder gemacht und er war halt der und war auch so widerwillig, dass er dann eine fünf gekriegt hat, aber alle anderen waren eigentlich absolut gut bewertet, weil es ging nicht darum, ob du es kannst, sondern wie sehr du dich angestrengt hast. Und XY er konnte es nicht und hat sich auch überhaupt nicht angestrengt.
- I: Wie war das aufgebaut?
- G: Prüfung, wir stehn in einer Schlange und es war halt noch die einfachere Situation mit, dass du einen Kasten hattest und dann stand der Lehrer da, dass er dir helfen konnte und mit einem zweiten Helfer vielleicht auch noch. Und dann war halt sozusagen: „ja zeig mal was du kannst einfach.“ Das war die Art von Prüfung.
- I: Ok, kann ich mir vorstellen. Gut dann kommen wir zu etwas, was nicht unmittelbar im Sportunterricht passiert, aber auch dazugehört. Kannst du mir erzählen aus der Umkleidekabine, jetzt oder aus der Unterstufe, wie das so abläuft, oder wie das abgelaufen ist?
- G: Ja eher ein rasches Vorgehn, ich mein, es ist ein bisschen schwer sich zu erinnern, wies am Anfang war, aber jetzt ist es einfach nur mehr Normalität, gehst hin ziehst dich um, also ziehst dich aus, ziehst dich an und sitzt dann fertig und gehst dann rein. Es einfach schon Routine. Aber früher, ich glaub da, ja es ist auch, ich kann mich nicht wirklich dran erinnern, dass da irgendwas Besonderes war, weil es ist ein ganz natürlicher Vorgang einfach.
- I: Und kannst du dich an eine Situation erinnern, die für einen Mitschüler irgendwie unangenehm war oder dir das aufgefallen wäre?
- G: Nicht wirklich, wir warn da alle sehr, ja drüber und durch und wir sind fertig.
- I: Gut, du hast ja vom XY erzählt, wie fühlst du dich generell, wenn eine andere Person beschämt wird, oder sich schämt.
- G: Hmh, wie mich fühle? Naja ich denk mir zuerst mal, ich schau mir die Situation an, warum schämt sich der überhaupt. Und wenn ich den Grund verstehe, dann werd ich versuchen, dann werd ich, also wenn ich versteh, warum er sich schämt, dann werd ich den anderen vielleicht auch sagen: „ja warum, warum tut ihr das, er kanns halt nicht, aber er kanns vielleicht üben und verbessern, aber warum beschämt ihr den?“ Aber wenn ichs nicht versteh, dann, dann will ich mich nicht in diese Diskussion einbringen, weil vielleicht der dann, naja pff, warum sollte ich ihm helfen, wenn, er beschämt sich sozusagen wegen etwas und ich versteh den Grund nicht, dann denk ich mir, sollte sich der Turnlehrer darum bemühn mit dem zu reden. Aber ich glaub nicht, dass da ein Mitschüler viel helfen könnte.

- I: Und, wenn du an so Situation denkst, du hast ja gesagt, dass es oft vorkommt, dass man etwas nicht kann oder sich jemand beschämt. Wie geht die Klasse oder wie ist die Klasse, ich weiß nicht, ob du immer in derselben Klasse warst, damit umgegangen?
- G: Wir schweigen da eigentlich drüber, weil jeder was hat, was er nicht kann. Und wir kennen auch schon unsere Stärken und Schwächen, so gibt's da eigentlich oder gabs auch nie so was. Also nie wirklich im speziellen Ausmaß, dass man gesagt hat, ja dass man sich zusammengeschlossen hat und gemeinsam geredet hat: „haha der kann das nicht“ weil der konnte dann genauso sagen: „Du kannst das nicht“ und so ham wir das eigentlich nie gemacht.
- I: Gut, dann kommen wir noch zum Lehrerverhalten. Erzähl mir nur ganz kurz, was an einem Sportlehrer, was du da gut findest und was weniger.
- G: Das er sich auf jeden Fall in einer Situation schnell und rasch durchsetzen muss und halt richtig handeln, weil auch besonders wenn sich jemand verletzt, dann muss er das auf jeden Fall schnell bemerken und halt richtig handeln. Richtig handeln in dem Fall, dass er einfach sozusagen auch gleich, auf jeden Fall der Lehrer sollte den Überblick haben über das, was grad geschieht und was auch grad mit den Schülern und Mitschülern geschieht. Weil es einfach auch für viele Schüler wichtig ist, dass sie merken, dass sie auch Hilfe haben können auch dass der Lehrer halt dann handelt. Und ja, kommt halt drauf wie er handeln muss. Wenn sich jemand verletzt schnell handeln und halt fragen: „wie geht's dir, ist alles ok, was, wo, wie?“ Und ja handeln im Sinne von, wenn jemand ein Problem hat, dass er halt mit dem Schüler redet oder dass er eben sagt, wie er helfen kann. Helfen ist auch ein Art von Handeln, glaub ich, die sehr wichtig ist und eine sehr gute Qualifikation für einen Turnlehrer.
- I: Ja, und wie sollte ein Turnlehrer, ganz kurz, nicht sein oder nicht handeln?
- G: Ein Turnlehrer sollte, mhm das ist schwierig eigentlich, weil, er sollte nicht zu sehr privat eigentlich auf gewisse Persönlichkeiten in gewissen Situationen zutreffen, wenn das für den nicht passt. Ich glaube nicht, dass irgendein Turnlehrer irgendwie berechtigt ist, zu irgendwem zu sagen: „du bist unsportlich“ oder sonst etwas. Das darf ein Turnlehrer eigentlich sozusagen, da darf ein Turnlehrer nicht zu sehr an die Person denken, des Menschen, sondern an die des Schülers irgendwie.
- I: Und ist das schon vorgekommen?
- G: Bei uns nicht, aber wir hatten eine Turnlehrerin, die hat einfach, die hat irgendwie gemeint, sie muss jetzt jedem Mädchen sagen: „Nimm ab“ oder „du bist magersüchtig“ oder sonst irgendwas. Da gabs dann auch irgendein Verfahren glaub ich, aber die war wirklich komisch. Ich finde das sollte nie vorkommen, dass irgendwer da irgendjemand direkt sagt, also natürlich du kannst meinen, ja du kannst jemanden fördern oder auch helfen gesundheitlich und ihn da vielleicht auch beraten, wenn er das will, aber du solltest das auf keinen Fall gegen den Willen von jemandem, irgendwie direkt mal ins Gesicht hauen.
- I: Verstehe. Gut und hattest du immer denselben Turnlehrer, oder?
- G: Ich hab seit sechs Jahren den gleichen.

- I: Ok, das heißt du kannst nicht erzählen, wie unterschiedlich andere Turnlehrer sind?
- G: Naja, ich hatte in Orientierungslauf einen anderen, aber das war ein Freifach und es war auch generell so, dass das eine ganz andere Sportsituation ist.
- I: Klar, gut dann passt, dann würde ich gern noch mal, weil du gesagt hast, dass dir das am Unangenehmsten war beim Ballspielen.
- G: Für mich halt.
- I: Genau, für dich
- G: Jetzt speziell eigentlich nur Fußball, weil Volleyball kann ich und mag ich und Handball ham wir auch immer wieder gemacht und das fand ich auch sehr lustig, weil es doch sehr viel mit Ausdauer und Rennen zu tun hat. Aber Fußball, Fußball nnjjaa ich hab zwei linke Füße.
- I: Taugt dir generell einfach nicht so. Und wie teilt ihr die Mannschaften ein, beim Fußball zum Beispiel?
- G: In der Unterstufe wars manchmal so, dass wenn wirs unbedingt gewollt haben, ja a gegen b, da warn wir noch zwei Klassen, das war immer wieder ganz lustig, die eine Klasse sieht, ja wo ist wer besser, welche Klasse und sonst eigentlich immer nur mit drei Wähler. Drei Wähler, die dann unter ihren Mitschülern auswählen. So werden Mannschaften eingeteilt.
- I: Ok, und ist dir da schon mal irgendwas aufgefallen zu dem Thema passend?
- G: Aufgefallen, mhm unser Turnlehrer naja, es gibt halt welche die melden sich halt öfter, aber ich bezweifle, dass da jemand bevorzugt wird irgendwie. Naja manchmal, manche, oh doch, eins ist mir aufgefallen, er bastelt sichs in gewisser Weise schon zusammen, zum Beispiel dass bei Fußball nicht die zwei besten in einem Team sind. Zum Beispiel dass die drei besten Fußball gleich die drei Mannschaften bilden. Also da versucht er schon irgendwie einen Ausgleich zu machen. Und sonst glaub ich nicht, dass da irgendeine spezielle Gedankenstrategie dahinter ist, irgendwie warum das eingeteilt wird.
- I: Und auch nicht, dass manche immer am Schluss gewählt werden, oder so?
- G: Das kommt dann von den Schülern, vielleicht. Aber so werd ich dann bei Fußball auch zuletzt gewählt, aber wenns dann, keine Ahnung, um Basketball, wird der XY als allererster gewählt oder ist sogar der Wähler, oder sonst was. Das kommt dann von den Schülern.
- I: Bei euch ist das recht durchgemischt, also dir ist nicht aufgefallen, dass einer immer, egal bei was, immer am Schluss gewählt wird?
- G: Naja, das hängt natürlich auch davon ab, wer ist der Wähler und die wählen dann vielleicht zuerst ihre Freunde und Kumpels und es gibt natürlich schon gewisse Kinder, die sind vielleicht nicht so sozialisiert oder sind einfach stiller. Pff naja, aber

das stört die auch nicht. Ich hab auch mit einem Freund geredet und er weiß, dass er nicht so sportinteressiert ist und deshalb stört ihn auch nicht, dass er als letzter gewählt wird, weil er meint er versteht auch.

I: Ok, ich glaub wir sind eh schon am Ende. Ich überleg kurz, ob ich noch was von dir wissen will. Nein, letzten zwei Fragen. Fallt dir noch irgendwas ein, über Scham im Sportunterricht, was du sagen kannst, willst, möchtest?

G: Nein, fällt mir eigentlich nichts direkt ein.

I: Noch irgendwas Unangenehmes, was dir aufgefallen ist, bei dir oder bei anderen?

G: Unangenehm in gewisser Weise ist auch sich zu verletzen, weil man dann irgendwie, was weiß ich, man liegt am Boden und alle schau mal rum und drehn sich um. Das ist auch irgendwie in gewisser Weise eigentlich schon, find ich, fast beschämend. Vielleicht nicht beschämend, aber irritierend und verstörend, wenn man dann, was weiß ich, liegt und sich hält und dann stehn alle rum: „öh was is los, was is da los“ und dann kommt erst langsam der Turnlehrer und fragt dich uns so was. Das ist auch in gewisser Weise unangenehm, weil du eigentlich sozusagen, ja gefallen bist.

I: Gut, und allerletzte Frage, wie gesagt kein richtig und kein falsch, was ist deine abschließende, nach allem was wir besprochen haben, deine abschließende Definition von Scham?

G: Meine abschließende Definition von Scham. Scham hast du dann, entweder wenn, also Scham wird eigentlich eher von anderen ausgelöst. Ich bezweifle, dass man ganz von alleine sich schämt, ohne dass andere von dir etwas halten oder dass andere über dich etwas sagen oder denken. Ich glaub, dass man nur Scham hat, wenn jemand dich beschämt. Du kannst nicht dich selber dafür schämen. Das glaub ich einfach irgendwie nicht. Es muss irgendwie jemand anderer sein, der den, einen Grund gibt sich zu schämen. Und das kann halt entweder sein, wenn der oder diejenigen denken, dass du das nicht kannst oder dass du das besser machen könntest oder wenn sie dich nicht verstehn, warum etwas jetzt nicht gemacht hast oder warum du etwas nicht willst. Scham wird immer von anderen ausgelöst. In jeder Hinsicht finde ich.

I: Ok passt.

ENDE DES INTERVIEWS

## ***Lebenslauf***

### **Persönliche Daten:**

Name: Andreas Krail

Geburtsdatum: 23.12.1986

Geburtsort: Wien

Staatbürgerschaft: Österreich

### **Schulische Laufbahn:**

1993 – 1997 Volksschule Julius Meinl - Gasse

1997 – 2005 Gymnasium Maroltingergasse

2006 – 2007 Bakkalaureatsstudium Sportwissenschaft

2007 - 2013 Lehramtsstudium UF Bewegung und Sport UF Latein

### **Zusatzausbildungen:**

Tennisinstruktor

Fußball Nachwuchsbetreuer

Rettungsanwärter im Zuge des Präsenzdienstes (2006)

### **Berufliche Tätigkeiten:**

Seit 2004 Tennislehrer

2009 – 2012 Abendbetreuer im Oberstufeninternat der De La Salle Schule Wien-Strebersdorf

### **Sportliche Vereinstätigkeit**

1993 – 2002 Aktiver Wettkämpfer im Judoverein WAT Ottakring/Koruna Wien

Seit 2002 Aktiver Spieler im Fußballverein FCJ Alt – Ottakring  
(zwischenzeitliche Neugründung)

Seit 1998 Aktiver Spieler und Trainer im Tennisverein WAT Ottakring

**Sonstiges:**

Seit 2003 Jungcharleiter in der Pfarre Sandleiten (1160 Wien)