

Die zentrale Rolle von Scham und Schuld in der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen zu jungen Erwachsenen

71. VAKJP-Jahrestagung steht unter dem Motto „Scham und Schuld“

Die Gefühle von Schuld und Scham können bei Menschen Veränderungen im Denken und Handeln bewirken, die wichtig für das Zusammenleben sind. Wer aber übermäßig dazu neigt, Schuld und Scham zu empfinden, zieht sich oft zurück und bildet Symptome aus, die mitunter therapeutisch behandelt werden müssen. Diese dann krankhaft ausgebildeten Emotionen gelten beispielsweise als wesentlich bei Depressionen oder Sucht. Die 71. Jahrestagung der VAKJP thematisiert in Potsdam vom 1. bis 4. Mai „Scham und Schuld“ in der analytisch und tiefenpsychologisch fundierten Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie.

Am Anfang war die Scham – zumindest nach der Bibel: Als Adam die verbotene Frucht nascht, ist's bei Eva und ihm vorbei mit dem paradiesischen Zustand der Unbedarftheit: „Da wurden ihnen beiden die Augen aufgetan, und sie wurden gewahr, dass sie nackt waren, und flochten Feigenblätter zusammen und machten sich Schurze“, heißt es im ersten Buch Mose.

Scham ist zunächst eine wichtige Emotion, die das soziale Zusammenleben sichert. Eine angemessene Schuld- und Schamentwicklung fördert die Fähigkeit, intensive Beziehungen zu führen und sich gut in Gemeinschaften bewegen zu können. In den Praxen der Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeuten geht es allerdings meist um toxische Scham. Toxische Scham hindert am Leben und lebendig sein und flüstert beständig im Kopf: „Ich bin falsch“, „Ich bin nicht gut (genug)“, „Irgendetwas stimmt nicht mit mir“. Tiefe toxische Scham kann dazu führen, dass Menschen nicht mehr leben wollen.

Tatsächlich bildet sich das Gefühl der Körperscham bei Kindern im Laufe der frühen Kinderjahre aus. Während Babys noch stolz auf alle Körperteile und Funktionen sind, kein Problem mit Nacktheit oder öffentlichen Toilettengängen inmitten ansonsten vollständig bekleideter Menschen haben, kann sich das schon ab drei Jahren ändern. Oft halten sie sich dann in schamhaften Momenten reflexartig die Hände vors Gesicht, nach dem Motto: Ich will nicht, dass du mich siehst. Ein Hauptimpuls bei Scham ist das Verschwinden-wollen. Bekannt als Zeichen von Scham ist auch die Schamröte. Und es gibt noch mehr Ausdrucksweisen von Scham. „**Die mannigfaltigen Gesichter der Scham**“ ist Thema des Vortrages von **Dr. phil. Jens Tiedemann**, Psychoanalytiker aus Berlin im Rahmen der Jahrestagung am Donnerstag, 2. Mai um 10 Uhr.

Verändern Internet und soziale Medien das Schamempfinden von Jugendlichen? Führen die überall verfügbaren Bilder von Nacktheit und Sex zu weniger Schamempfinden und mehr Offenherzigkeit? Oder verhalten sich junge Menschen – im Gegenteil – schamhafter, weil jeder verbale und visuelle Fehltritt schnell online landen kann? Empfinden Jugendliche Scham, wenn sie nicht genug ‚Likes‘ für das Selfie erhalten oder sind Sie beschämt durch negative oder ausbleibende Reaktionen? Dr.

Susanne Benzel beleuchtet diese und andere Fragen in ihrem öffentlichen Vortrag zum Thema **„Schampotentiale in digitalen Welten“**. **Zum Vortrag am Mittwoch, 1. Mai 2024, um 20 Uhr im Kongresshotel Potsdam ist die interessierte Öffentlichkeit herzlich eingeladen.**

Scham ist eine besonders häufige Folge sexuellen Kindesmissbrauchs. Die schambezogenen Gedanken, die Betroffene als Kinder erleben, um ihr Trauma zu verarbeiten, beeinflussen ihr Selbstbild und ihren Selbstwert auch im Erwachsenenalter. Täter weisen dabei dem Kind oft die Schuld am Missbrauch zu. Dem Kind wird dabei suggeriert, dass es selbst dran schuld sei, dass der Täter sich an ihm vergreift. Das Kind schämt sich und fühlt sich schuldig. „Scham und Schuld“ nach Kindesmissbrauch thematisiert der französische Spielfilm „Gelobt sei Gott“. Er erzählt von drei Männern, die während ihrer Zeit als jugendliche Pfadfinder von einem katholischen Geistlichen missbraucht wurden. Der Film wird im Rahmen der Jahrestagung gezeigt und diskutiert.

Auch zu wenig Scham oder Schamlosigkeit hat für die Gesellschaft oft schlimme Folgen. Schamlosigkeit hat immer etwas mit der Verletzung der geltenden Normen zu tun. Wenn diese Normen zunehmend aufgeweicht werden, Schamlosigkeit zur Norm wird, dann muss man sich für Schamlosigkeiten weniger schämen. Aus der Rücksicht wird zunehmende Rücksichtslosigkeit und Verantwortungslosigkeit, aus sozialem Denken und Handeln wird Egoismus und ganz persönlicher Narzissmus. Das heißt, es entsteht etwas, das mit gesellschaftlichen Werten nicht mehr viel zu tun hat, diese sogar massiv gefährden kann, wenn Schamlosigkeit zur Regel wird. Auch die Auswirkungen von Schamlosigkeit werden auf der VAKJP-Jahrestagung diskutiert.

Allein beim Friseur gewesen statt beim Kind, schon wieder Fertigbrei gefüttert, zu wenig mit dem Kita-Kind gebastelt – da ist er, der "Mom Guilt". Junge Mütter stecken oft in der Falle von Schuldgefühlen. Zweifel an der eigenen elterlichen Kompetenz, als schuldhaft erlebte Komplikationen im Verlauf von Schwangerschaft und Geburt sowie schuldhaft erlebte Beeinträchtigungen der kindlichen Gesundheit und Entwicklung entfalten insbesondere in den ersten Monaten der Beziehung zwischen Eltern und Säugling eine besondere Dynamik. Forschung wie auch klinische Erfahrung belegen eindrücklich, dass eine möglichst früh beginnende beziehungsfokussierte Intervention erforderlich ist, damit Eltern Schuld und Scham soweit reflektieren und integrieren können, um sich als ausreichend gute Eltern zu erleben und so eine positiv gelingende Affektregulations-, Beziehungs- und Bindungsentwicklung zu ermöglichen. **Elisabeth Schörry-Volk referiert zu diesem Thema am Sonnabend, 4. Mai 2024, um 10 Uhr unter dem Motto „Die Bedeutung von Scham und Schuld für generative Verantwortung“.**

Bei der alljährlich wiederkehrenden Tagung zu verschiedenen Themen handelt es sich um einen Kongress, an dem VAKJP-Mitglieder und angemeldete Gäste teilnehmen können. Journalisten sind nach Absprache herzlich willkommen.

Weitere Informationen zum Programm finden Sie hier: [VAKJP | Jahrestagung 2024](#)

Journalist:innen, die über die Jahrestagung berichten möchten, wenden sich bitte an Kerstin Graupner; k.graupner@hamburglive.com; mobil 0171 5329633.