

E. Schneiderbauer

Die Krankheit zum Tode ist die Verzweiflung

Zusammenfassung Im vorliegenden Beitrag wird ein Überblick über die Auseinandersetzung mit dem Verzweiflungsbegriff S. Kierkegaards, der in der Verzweiflung ein Nicht-selbst-sein-Wollen bzw. Sich-loswerden-Wollen des betroffenen Menschen sieht, gegeben. Im Anschluss daran werden psychoanalytische Modelle, in denen Verzweiflung eine Rolle spielt, vorgestellt, wie: die Bindungstheorie J. Bowlbys, die Theorie des Urvertrauens und Urmisstrauens E. H. Eriksons. Auf den Zusammenhang zwischen Scham und Verzweiflung und die Bedeutung des idealisierten Selbstobjekts bei der Verzweiflung wird ausführlich eingegangen.

Schlüsselwörter: Verzweiflung, Scham, Urvertrauen, Selbst-Integration, bipolare Synthese, idealisiertes Selbstobjekt.

La maladie à la mort est le désespoir

Résumé Le présent travail traite du désespoir en prenant pour points de départ l'analyse de l'angoisse religieuse de S. Kierkegaard, ainsi que la critique et l'extension qui en ont été faites par le philosophe allemand M. Theunissen. Au centre de ce discours se situent les rapports de l'homme à lui-même et son comportement envers les deux pôles de son Soi: celui du possible et celui du nécessaire. Ces réflexions incitent à conclure que la non-réussite de la synthèse des deux pôles conduit au désespoir. L'être humain se perd alors dans le domaine du nécessaire et perd de vue ses possibilités ou, à l'inverse, il se perd dans ce qui est possible et n'est plus à même d'accomplir le nécessaire – en d'autres termes, il ne sait pas où sont ses limites.

Nous présentons ensuite les théories psychanalytiques qui, d'une manière ou d'une autre, prennent en compte le désespoir. E. H. Erikson, en particulier, considère que c'est la qualité des soins qui entourent l'enfant en bas âge qui lui permettra ou non de développer une confiance fondamentale en lui-même et envers le monde. J. Bowlby, d'autre part, a élaboré une théorie du lien interhumain en observant des enfants ayant fait l'expérience d'une séparation. Selon

Fatal sickness despair

Abstract The present paper gives a general overview of the discussion of S. Kierkegaard's conception of despair, in which the individual's experience of despair is regarded as "not wanting to be oneself" or "wanting to get rid of oneself". Further, other psychoanalytic models in which despair plays an important role will be presented, such as J. Bowlby's theory of attachment and E. H. Erikson's theory of primal trust and mistrust. The connection between shame and despair as well as the significance of the idealized selfobject with regard to despair are then discussed in detail.

Keywords: Despair, shame, primal trust, self-integration, bipolar synthesis, idealized selfobject.

lui, une période de désorganisation et de désespoir représente une réaction normale à une perte ou à un deuil.

L'article traite de manière détaillée des rapports entre honte et désespoir, en se référant plus particulièrement aux théories de la honte formulées par G. H. Seidler et L. Wurmser. Selon nous, au niveau de l'affect la honte se situe au point où se démarquent et se recourent les mondes intérieur et extérieur, mais aussi le Moi et l'Autre, ainsi que le familier et l'inconnu. Lorsque l'individu ne réussit pas à effectuer correctement cette démarcation, il ressent du désespoir en tant que réaction à l'échec de la synthèse.

Nous analysons finalement l'importance d'un objet idéalisé du Soi. H. Kohut postule que deux caractéristiques doivent faire partie de l'expérience du Soi en tant qu'objet, l'aspect miroir et l'aspect idéalisation. Il en conclut que le Soi présente une structure bipolaire. Lorsque l'individu n'a pas vécu des expériences suffisamment positives au niveau de la relation d'objet, le Soi ne peut pas s'intégrer – il se désintègre, ce qui aboutit à sa fragmentation et à la perte de son contenu. Dans les deux cas le désespoir occupe une place centrale.

1. Einleitung

Den Titel meines Aufsatzes entnahm ich Sören Kierkegaards (1849) Werk „Die Krankheit zum Tode“.

Es gibt in der psychoanalytischen Literatur keine Auseinandersetzung mit der Verzweiflung, obschon sie in der therapeutischen Praxis sicherlich zum täglichen Brot gehört. Zwar wird sie als möglicher Gefühlszustand immer wieder erwähnt, sei es im Zusammenhang mit Trennungsprozessen, Trauerarbeit, Schambewältigung u.dgl., doch damit hat sich's auch, es wird nicht mehr weiter auf sie eingegangen. Die Verzweiflung steht somit häufig am Ende eines Prozesses, eines Weges, der nicht mehr weiterführt, der im Dunkeln endet, wo bodenlose Abgründe und abgrundtiefer Schmerz sich auftun. Vielleicht lässt dies den Betrachter verstummen?

Abgesehen von der Philosophie, die in ihrem Diskurs jedoch eine distanzierte Position auf einer Metaebene einnimmt, erfährt man durch die Kunst, und zwar auf sehr unmittelbare und berührende Weise, was Verzweiflung ist. Ich denke jetzt an die Musik Ludwig van Beethovens, an Gedichte Georg Trakls, an Bilder Edvard Munchs. Wenn ich sie höre, lese, sehe, mich dabei berühren und ergreifen lasse, bin ich vorerst auch einmal stumm, ehe ich versuche im Gespräch, oder auch nur für mich in Gedanken, das Erfahrene in Begriffe umzusetzen, zu gliedern, nach Zusammenhängen und Begründungen Ausschau zu halten, um damit das eben Erlebte „verdaubarer“ zu machen. Warum die Psychoanalyse die Verzweiflung nur „streift“, ist sicher eine interessante Frage, die zu einigen Überlegungen und Spekulationen Anlass geben könnte.

Meine Überlegungen zum Thema „Verzweiflung“ nahmen Ausgang bei dem dänischen Theologen, Denker und Dichter Sören Kierkegaard. Ich gebe nach der einleitenden Begriffsklärung einen zusammenfassenden Überblick über seine Verzweiflungsanalyse. Im Anschluss daran versuche ich dieses Ergebnis in die Psychoanalyse bzw. Selbstpsychologie zu übertragen.

1.1 Abgrenzung der Begriffe Zweifel, Verzweiflung, Skepsis

Quellen: 1) Friedrich Kluge, Etymologisches Wörterbuch, 19. Aufl.; 2) Jakob und Wilhelm Grimm, Deutsches Wörterbuch, Bd. 25.

1.1.1 Zweifel

Die Urbedeutung von Zweifel ist „doppelt, gespalten“. Das Wort bedeutet in etwa Ungewissheit bei mindestens zweifacher Möglichkeit. Zweifel ist auf die kognitive Sphäre des Menschen beschränkt, d.h. dass der Zweifel nur den Bereich des Denkens, nicht den der Persönlichkeit betrifft.

1.1.2 Verzweiflung

Der Begriff wird a) *im allgemeinen* verwendet, um einen Zustand lähmender Mutlosigkeit und dumpfer Hoffnungslosigkeit zu beschreiben. Ein Zustand der Rat- und Hilflosigkeit, in der vergeblich ein Ausweg

aus der inneren Not oder äußeren Zwangslage gesucht wird. Gelegentlich bezeichnet Verzweiflung auch eine negative Einstellung zum Leben oder zu einem bestimmten Problem und nähert sich Bedeutungen wie Resignation, Skepsis, Pessimismus. Verzweiflung steht gegenüber den Begriffen wie Hoffnung, Zuversicht, auch Mut, Tapferkeit oder Freude. Doch deckt sich Verzweiflung durchaus nicht mit Hoffnungslosigkeit, Mutlosigkeit o.ä. Sie kann sich mit verschiedenartigen Gefühlen verbinden, die durch die innere oder äußere Not aufgewühlt werden, wie Niedergeschlagenheit, Missmut, Trauer, Gram, Angst, Furcht vor drohendem Unheil u.ä.

Verzweiflung wird häufig nicht als Inhalts- sondern als Gradbezeichnung für diese Gefühle verwendet, als äußerste Grenze der inneren Not verstanden, hinter der das Nichts, der Abgrund, die Selbstaufgabe oder auch die rettende Tat steht. Diese Intensitätsbezeichnung schlägt sich nieder in Ausdrücken wie „... mit verzweifelter Wut ...“, „... mit Angst und Verzweiflung ...“ etc.

Im b) *kirchlich-religiösen Bereich* und auch im c) *philosophischen* wurde (und wird noch immer) unter Verzweiflung etwas anderes verstanden als im weltlichen.

In den mittelalterlichen Beicht- und Bußbüchern erscheint die Verzweiflung unter den „sieben Sünden wider den heiligen Geist“. Sie ist eine Sünde wider die Hoffnung und damit wider den Glauben, die keine Verzeihung vor Gott findet. Sie kommt der Blasphemie sehr nahe. Nach einer auch in der nicht-kirchlichen Literatur verbreiteten Auffassung ist die Verzweiflung die wirksamste Waffe des Teufels im Kampf um den Besitz der menschlichen Seele. Sie steht als Anfechtung am Beginn des Weges der Gottentfremdung, und sie steht als Verstockung am Ende dieser abschüssigen Bahn, die in den Abgrund führt.

Der rumänische Philosoph Cioran (1934) beschreibt den Unterschied zwischen Zweifel und Verzweiflung damit, dass der Zweifel auf die kognitive Sphäre des Menschen beschränkt bleibt, die Verzweiflung jedoch das Ganze seiner Existenz umfasst: „Zweifel ist Verzweiflung des Gedankens, Verzweiflung ist Zweifel der Persönlichkeit ...“

1.1.3 Skepsis

Zu diesem Begriff meint Cioran (1934), dass der Skeptiker an allem zweifle und der Welt ein verachtendes Lächeln zuwerfe, dennoch ruhig schlafen und essen könne, und er definiert sehr anschaulich:

„Der Zweifel ist eine Unruhe, welche sich auf Probleme und Dinge bezieht, er ergibt sich aus der Unlösbarkeit aller bedeutsamen Fragen. Wenn sich die großen Probleme lösen ließen, würde der Skeptiker mühelos zum Normalzustand zurückkehren. Der Verzweifelte wäre hingegen nicht weniger ruhig, wenn alle größeren Probleme gelöst wären, weil seine Ruhelosigkeit der Anlage seines subjektiven Daseins entspringt. Im Zustand der Verzweiflung sind Angst und Unruhe dem Dasein immanent. Niemand wird in der Verzweiflung von Problemen gemartert, sondern von den Zuckungen und Bränden im eigenen Wesen.“

2. Kierkegaards Verzweiflungsanalyse und Theunissens Korrekturen dazu

Der dänische Theologe, Denker und Dichter Sören Kierkegaard (1849) gab eine christlich-religiöse Schrift heraus, worin er seine Lehre vom Selbst und dessen Verhältnis zu Gott und zu sich selbst darlegte. Innerhalb dieses Gottes- und Selbstverhältnisses entwickelte er ein kunstvoll abgestuftes dialektisches Schema der Verzweiflung. Eigentlich wollte er ursprünglich erbauliche Reden zur Vertiefung der Sündenerkenntnis schreiben und damit die christliche Sündenlehre beleuchten. Jedoch entdeckte er bei seiner Arbeit die Notwendigkeit die Voraussetzungen des Begriffs Sünde neu zu erklären. So entstand eine christliche Psychologie der Verzweiflung, „Die Krankheit zum Tode“.

Der deutsche Philosoph Michael Theunissen (1993) hat in seiner Arbeit „Der Begriff Verzweiflung“ Korrekturen an Kierkegaards (1849) Werk vorgenommen und den philosophischen Anteil an dessen religiöser Schrift herausgefiltert.

2.1 Was sagt Kierkegaard zur Verzweiflung?

Er setzt voraus, dass Verzweiflung eine *Krankheit im Geiste, im Selbst* ist.

Was ist nun das *Selbst*?

Der Mensch verhält sich nach außen, er ist. Er *existiert*, d.h., er verhält sich in einem Umfeld. Dies ist sein *primäres Verhalten*.

Er verhält sich aber auch sich selbst gegenüber. Dieses *Sich-zu-sich-Verhalten*, das sekundäre Verhalten, ist das *existentielle Verhalten = das Selbst*. Und in diesem Sich-zu-sich-Verhalten, einem sehr komplexen Vorgang, spielen sich alle Arten von Verzweiflung ab.

Exkurs: „Im Verhältnis zwischen Zweien ist das Verhältnis das Dritte als negative Einheit, und die zwei verhalten sich im Verhältnis und im Verhältnis zum Verhältnis; so ist unter der Bestimmung Seele das Verhältnis zwischen Seele und Leib ein Verhältnis. Verhält hingegen das Verhältnis sich zu sich selbst, so ist dieses Verhältnis das positive Dritte, und dies ist das Selbst.“

Dieses Selbstverhältnis möchte ich anhand eines rekursiven Modells in der folgenden Abbildung veranschaulichen (Abb. 1).

Kierkegaard nimmt an, dass das *Menschsein sich in der Synthese der beiden Pole Leib-Seele bzw. Notwendiges-Mögliches ausdrückt*. Gelingt die Synthese nicht, reagiert der Mensch mit Verzweiflung.

Die *Pole* in der Kierkegaard'schen Dialektik, auf die ich mich immer wieder beziehe, sind in Abb. 2 dargestellt.

Nach Kierkegaard ist jeder verzweifelt, der nicht durch das Zusammenhalten der Pole seines Menschseins, also des Notwendigen und des Möglichen, er selbst wird. Das kann heißen, dass jemand erst gar nicht von einem der beiden Pole los- oder nicht wieder auf ihn zurückkommt. *Verzweiflung ist somit einer Defizienz der Synthese der beiden Pole gleichzusetzen*.

(Anm. d. Verf.: Die Synthese ist in Kierkegaards Augen kein Widerspruch, da bei ihm der *Glaube den*

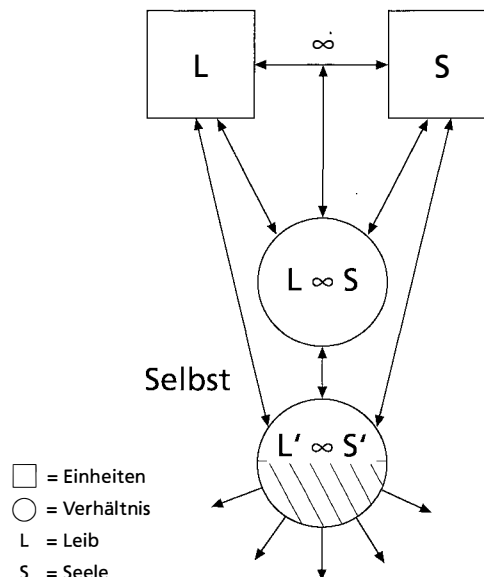
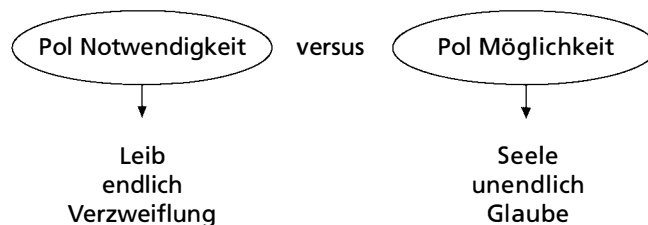


Abb. 1



Verzweiflung als

„nichts ist möglich“
= **Verzweiflung im Notwendigen**
= einschränkende Verzweiflung

„alles ist möglich“
= **Verzweiflung im Möglichen**
= einschränkende Verzweiflung

Abb. 2

Widerspruch löst, indem er an der Erkenntnis des in der Notwendigkeit Versinkenden festhält und gleichwohl darauf vertraut, dass alles möglich ist. Dieses Vertrauen ist *paradox*.

An jedem der beiden Pole kann der Mensch *generalisieren*, d.h. vom Einzelnen aufs Ganze schließen. Das bedeutet beim Vorhandensein von

1. einzelnen Möglichkeiten, dass er an ein „Alles ist möglich“, und
2. einzelnen Notwendigkeiten an ein „Nichts ist möglich“ glaubt.

ad 1) Wer in der Möglichkeit aufgeht, beugt sich nicht unter das Notwendige im Selbst (seine Grenze); man könnte auch sagen, „er verliert sich in Verstiegtheit“ oder „er ist manisch“.

ad 2) Wer sich im Notwendigen verliert, keine Möglichkeit mehr sieht, ist hoffnungslos, niedergedrückt, man könnte auch sagen „depressiv“.

Ein Spezialfall zu Punkt 2) ist der Trotz. Der im Notwendigen Versinkende leidet anders als der im

Trotz sich Aufbäumende. Trotz wird bei Kierkegaard ungenügend abgehandelt (lt. Theunissen). Meine Interpretation bzw. Ableitung: *Trotz resultiert nicht aus einem „Verlieren“ in einem der beiden Pole, sondern aus einem Nicht-akzeptieren-Wollen des jeweiligen anderen Pols.* Das würde bedeuten, dass ein Wissen um den anderen Pol wohl vorhanden ist, aber ignoriert wird.

Kierkegaard unterscheidet 3 Arten von Verzweiflung:

1. „verzweifelt sich nicht bewusst sein ein Selbst zu haben = *uneigentliche Verzweiflung*“;
2. „verzweifelt nicht man selbst sein wollen“;
3. „verzweifelt man selbst sein wollen“.

ad 1) Die uneigentliche, auch unbewusste Verzweiflung, ist die am wenigsten intensive. Sie wird vielfach kritisiert. Ich möchte in diesem Rahmen auch nicht näher darauf eingehen, da sie zu weit weg führt.

ad 2) und 3) Diese beiden Verzweiflungsarten sind ineinander überführbar, wie wir gleich erkennen werden. Kierkegaard ist Existentialdialektiker (im Unterschied z.B. zu Heidegger, der existential-ontologisch ist). Die zwei Pole seiner existentialen Dimension sind das Menschsein (leibliches Sein) auf der einen Seite und das Selbst auf der anderen.

Kierkegaard geht von der Voraussetzung aus, dass der Mensch 1. reine Synthese ist (Leib-Seele), 2. ein Selbst hat und 3. dieses Selbst durch Gott gesetzt ist.

Und in diesem Selbst wickelt sich seine Verzweiflungsanalyse ab, deren existentialdialektischer Grundsatz lautet:

Wir wollen unmittelbar nicht sein, was wir sind.

Das Nicht-selbst-sein-Wollen geht von einem anfänglichen Sich-nicht-annehmen-Wollen bis zum letzten Sich-loswerden-Wollen. Somit ist ein Nicht-selbst-sein-Wollen gleichzeitig auch ein *Sich-loswerden-Wollen* = „*Verzweiflungsformel*“.

Als ich vor nunmehr 16 Jahren Kierkegaard erstmals gelesen habe, hat mich dieser Teil seiner Schrift, das Sich-loswerden-Wollen und Jemand-anderer-sein-Wollen sehr beeindruckt. Damals arbeitete ich mit mager-süchtigen Mädchen, die verbal *und* mit ihrem Körper haargenau das gleiche ausgedrückt haben.

„Wir wollen uns loswerden, jedoch können es nicht“. Es ist also ein Wollen von Unmöglichem. *Diese Verzweifeltheit des Wollens von Unmöglichem* ist bei Kierkegaard das Non-plus-Ultra aller Verzweifeltheit: die Verzweiflung potenziert sich, sobald wir wieder daran verzweifeln, dass wir dies, nämlich uns loswerden, nicht können.

Heraus aus dieser Verzweiflung kommen wir lt. Kierkegaard nur durch Hilfe von oben, d.h. es bedarf eines göttlichen Eingriffs. *Nichtverzweifeltsein ist Selbstseinwollen*, was besagt: sich gründen wollen in der Macht, die das Selbst gesetzt hat (= Gott). D.h. also gläubig werden – „Anbetend sich demütigen unter das Außerordentliche.“ Passiert dies nicht, verharrt der Ungläubige in *Trotz* und leidet.

3. Die Verzweiflung in der Psychoanalyse

Ich verstehe die Verzweiflungsanalyse Kierkegaards und Theunissens weitere Gedanken dazu als ein bemerkens-

wertes Denkmodell. Mich hat es fasziniert und angeregt zu überlegen, was dabei herauskommen könnte, wenn ich es in die Selbstpsychologie transponiere. Seit der Beschäftigung mit der Schamthematik vor ca. zwei Jahren, bei der ich auf die Verzweiflung aufmerksam wurde, haben sich in meinem Hinterkopf einige vage Gedanken und Überlegungen zu diesem komplexen Gefühl herausgebildet. Mein Versuch geht nun dahin, dieses Angedeutete, Unbestimmte in einen konkreteren Rahmen zu bringen, wobei mir bewusst ist, dass ich dies nur sehr unvollständig tue, vieles noch nicht zu Ende gedacht ist, manches zu revidieren, korrigieren und ergänzen sein wird.

Material, das ich miteinbeziehen möchte, habe ich bei Ferenczi (1913) in seinem Aufsatz „*Blinder Glaube und blinder Unglaube*“ gefunden.

Wahrscheinlich ist manchem Leser schon aufgefallen, dass man anstelle von Kierkegaards „Glauben“ auch sehr gut den Begriff „Vertrauen“ setzen kann, womit der Sprung zu E. H. Erikson (1950) und seiner Theorie des Urvertrauens nicht mehr weit ist.

Weiters scheint mir Bowlbys (1980) *Bindungstheorie* für eine psychologische Erklärung von Verzweiflung von eminenter Bedeutung.

Viele Hinweise zur Verzweiflung brachten mir einige „*Schamtheoretiker*“, wobei ich besonders G. H. Seidler (1995), M. Lewis (1993), L. Wurmser (1990) und A. P. Morrison (1989) hervorheben möchte.

Last but not least beziehe ich mich auf die *Selbstpsychologie*, insbesondere die *Selbstobjekte* und deren Aufgaben und Funktionen innerhalb eines Verzweiflungsgeschehens.

Doch zurück zu Ferenczi und zu einer Überleitung vom Kierkegaard'schen Gottesglauben zum Glauben an einen idealisierten Vater. Ich zitiere aus „*Blinder Glaube und blinder Unglaube*“:

„Manche Patienten glauben dem Psychoanalytiker blind (dogmatisch, doktrinär), ohne wirklich von dem überzeugt zu sein, was er sagt. Sie verhalten sich wie Kinder überwältigenden Autoritäten gegenüber, verdrängen mit Erfolg all ihre Bedenken und Einwände, nur um sich die auf den Arzt übertragene Vaterliebe zu sichern. Andere Patienten (besonders Zwangsneurotiker), bringen hingegen allem, was vom Arzt behauptet wird, größten intellektuellen Widerstand entgegen. Die Analyse lässt dann diese feindselige Einstellung auf die Enttäuschung an der Wahrheit der Aussagen (resp. Wirklichkeit der Liebe) von Autoritätspersonen zurückführen, die zur Folge hat, dass so viele ihren Glauben zu verdrängen geneigt sind und nur den Unglauben zur Schau tragen. Eine besondere Art der Zwangsneurose, die Zweifelsucht, ist durch die Hemmung der Urteilsfunktion charakterisiert: Glaube und Unglaube kommen hier gleichzeitig oder unmittelbar nacheinander mit gleicher Intensität zur Geltung und verhindern das Zustandekommen sowohl der Überzeugung als auch der Ablehnung einer Behauptung, also die Urteilsbildung überhaupt.“

Vom vollkommenen „Glauben“ zum vollkommenen „Unglauben“. Dies wäre das, was Kierkegaard unter „*Taumeln von einem Pol des Menschseins zum anderen*“ versteht, wenn also keine Synthese gelingen

will und wir durchaus von einer „verzweifelten Enttäuschung“ sprechen könnten.

Auf den ersten Blick scheint es zwar bei Ferenczi um Zweifel, nicht um Verzweiflung im eigentlichen Sinn zu gehen. Jedoch: bei Berücksichtigung der Affektquellen, aus denen der logisch nicht zu begründende Unglaube kommt, stellte Ferenczi fest, dass der „*ungläubige*“ Patient enttäuscht war, und zwar in zweierlei Hinsicht:

1. war er enttäuscht über die Fähigkeit autoritärer Persönlichkeiten zur Erklärung von Dingen und Vorgängen. Hier ist der „Unglaube“ eine Reaktion auf das ursprüngliche Vertrauen zum *Alleswissen* und *Alleskönnen* der Eltern, das der späteren Erfahrung nicht standhält;
2. mag er enttäuscht sein über ihren guten Willen zu richtigen Aufklärungen. Dann ist „Unglaube“ eine Reaktionsbildung auf die ursprünglich vorausgesetzte und auch wirklich erfahrene elterliche *Allgüte*.

3.1 Urvertrauen und Urmisstrauen

H. E. Erikson (1950) begründet die Einstellung eines Menschen zu sich, seinen Mitmenschen und der Welt mit dem *Urvertrauen* bzw. *Urmisstrauen*, das er in seiner frühen Kindheit im Umgang mit seinen wichtigsten Bezugspersonen erworben hat (Abb. 3 und 4).

3.2 Bindungstheorie

In seinem Buch „Verlust, Trauer und Depression“ beschäftigt sich John Bowlby (1950) sehr eingehend mit den *Reaktionen auf Trennungen*. Er postuliert 4 Stadien nach einer Trennung: 1. Betäubung, 2. Sehnsucht und Protest, 3. Desorganisation und Verzweiflung und 4. Reorganisation.

Allerdings werden nicht immer alle Stadien erfolgreich bis zum Ende durchlaufen. In jedem der Stadien kann es zu Schwierigkeiten bei der Bewältigung der Trauer kommen, was zur „*pathologischen Trauer*“ führen kann. Das 3. Stadium, das der Desorganisation und Verzweiflung, sehe ich als eine Phase der Entgrenzung, also der Auflösung bisher verbindlicher Grenzen und den damit gemachten Erfahrungen. Nichts scheint mehr möglich. Reorganisation würde dann bedeuten, dass in der Folge doch neue Möglichkeiten in Sicht kommen, neue Selbstobjekte gefunden werden oder bereits existierende andere Bedeutungen bekommen können.

3.3 Der Zusammenhang von Scham und Verzweiflung

Vor kurzem habe ich versucht die Bedeutung der Scham für die Selbst-Integration herauszuarbeiten (Schneiderbauer, 1999). Ich beschrieb eine kleine Szene, die zur schrittweisen Veranschaulichung eines Schamgeschehens dienen sollte. Der Protagonist begegnete darin einem vermeintlichen Bekannten, der sich als Fremder mit abweisendem Blick herausstellte, woraufhin er sich für seine überschwengliche Annäherung schämte. Ich wollte damit demonstrieren, dass vor dem Schamerle-

Das Urvertrauen ist die Grundlage für:

	Gefühl	Fähigkeit
Vertrauen in sich selbst	<ul style="list-style-type: none"> • „Ich bin wert geliebt zu werden!“ • „Ich fühle mich geborgen“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstwertgefühl • Liebesfähigkeit • Fähigkeit, Enttäuschungen zu verkraften
Vertrauen in ein „Du“ Vertrauen in ein „Wir“	<ul style="list-style-type: none"> • „Ich vertraue Dir!“ • „Ich liebe Dich!“ • „Ich fühle mich verstanden und angenommen“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerschaft • Solidarität • Wir-Gefühl • Verantwortung
Vertrauen in das Ganze, die Welt, die Existenz	<ul style="list-style-type: none"> • „Es hat Sinn zu leben!“ • „Es lohnt sich zu leben!“ • „Ich vertraue darauf, dass das Ganze einen Sinn hat“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Existenzbejahung • Hoffnung • Glaube

Abb. 3

Das Urmisstrauen ist die Grundlage für:

	Gefühl	Konsequenz
Selbstzweifel	<ul style="list-style-type: none"> • „Ich bin nicht wert geliebt zu werden!“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Minderwertigkeitsgefühle • Ersatzbefriedigungen (Sucht)
Zweifel an der Zuverlässigkeit der anderen	<ul style="list-style-type: none"> • „Ich kann keinem trauen!“ • „Niemand versteht mich!“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Liebesunfähigkeit • Egoismus • Mangel an Verantwortungsbereitschaft • Resignation – Aggression
Zweifel am Sinn des Ganzen, der Welt, der Existenz	<ul style="list-style-type: none"> • „Es hat ja doch keinen Sinn!“ • „Es lohnt sich nicht sich anzustrengen!“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Existenzangst • Hoffnungslosigkeit • Sinnlosigkeitsgefühl • Verzweiflung

Abb. 4

ben der Protagonist sich auf ein außerhalb des Selbst liegendes Ziel orientiert, nach dem Schamerleben eine Rückwendung auf das Selbst vollbracht hat. In diesem Akt wurde es dem Selbst möglich oder wieder möglich, sich als Individuum wahrzunehmen. In der Sequenz, die ich beschrieben habe, hat es eine Möglichkeit gegeben, die sich in der Folge als Unmöglichkeit herausgestellt hat: der erwartete Freund ist nicht der erwartete Freund gewesen. In meinem Beispiel konnte die Realität vom Protagonisten bewältigt werden. Er hat sich zwar geschämt – statt der erwarteten Vertrautheit begegnete ihm Fremdheit –, war in der Folge auf sich selbst zurückgeworfen, konnte die neue Situation jedoch in sein Selbst integrieren. Eine mögliche Reaktion auf große Scham kann aber auch Verzweiflung sein. Das würde in diesem Fall dann etwa so aussehen, dass der Protagonist von einem „dies ist (jetzt) nicht möglich“ generalisiert zu einem „nichts ist möglich“, was soviel bedeutet wie „*mir* ist nichts möglich“, „*mir* gelingt *nie* etwas“. Die Verzweiflung hätte damit im Bereich des Notwendigen stattgefunden.

In der eben genannten Arbeit zitiere ich Seidler (1995), der die Ansicht vertritt, dass der Schamaffekt ein Schnittstellenaffekt sei, der Ich und Fremd, Vertraut und Nichtvertraut unterscheidet und somit eine Grenze zwischen innerer und äußerer Welt bildet. Jede Grenze hat Berührung mit beiden Seiten, zeigt an, was herüber, was drüber ist, Orientierung wird also möglich. Gäbe es keine Grenze, käme es zu Verirrungen. Wenn also Scham ein Schnittstellenaffekt ist, dann könnte ich sagen, dass bei gelungener Schambewältigung das Selbst bereichert und stärker wird, eine klare Grenzziehung zwischen zwei Einheiten erfolgt ist, Verzweiflung aber eintritt, wenn die Scham nicht bewältigt wird.

Daraus schließe ich, dass die *Synthese* der beiden einander gegenüberliegenden Bereiche *durch den Akt der Grenzbildung* vollzogen wird, und ein Misslingen der Synthese resp. Grenzbildung Verzweiflung hervorruft. Diese Erklärung habe ich gefunden für das enge Beieinanderliegen von Scham und Verzweiflung.

Beim Ausfall von Schamaffekten, wenn also keine Mein-Dein-Grenzen erkannt werden, zwischen Fremd und Vertraut nicht unterschieden wird, passiert meines Erachtens folgendes: da der Schamaffekt Schnittstellenaffekt mit grenzbildender Wirkung ist und die Kohärenz des Selbst fördert, kann ich mir das Misslingen der Schamverarbeitung eben als verzweifeltes Umherirren in einem uferlosen Meer vorstellen. Dazu zitiere ich noch einmal Cioran (1934):

„Das Verzweifelte ist grotesk (Anm. d. Verf.: er meint hier das Gegenteil von heiter), es gebiert Chaos und das Nichts ... Das aus der Verzweiflung aufgetauchte Groteske deutet innere Uferlosigkeit und einen Paroxysmus äußerer Spannung an. Der Verzweiflung folgt eine höchst peinigende Unruhe. Vergegenwärtigt und verstärkt das Groteske die Bangigkeit und die Unruhe nicht nur noch?“

Ich möchte noch einen kurzen Abschnitt aus „Die Maske der Scham“ von L. Wurmser (1993) zitieren, die, so glaube ich, sehr gut ausdrückt, wie sehr Scham und Verzweiflung miteinander verkoppelt sein können (wobei Wurmser meiner Meinung nach dabei nicht so ganz deutlich zwischen Scham und Verzweiflung differenziert).

„Das Gefühl, nicht liebenswert zu sein, ruft tiefe Scham hervor. Die radikalste Scham ist es schließlich doch, sich selbst der Liebe anzubieten und als liebensunwert verstoßen zu empfinden – sich also nicht der Liebe und damit der wesentlichsten Achtung würdig zu wissen. Man wird dabei nicht gesehen, fühlt sich in dieser Individualität unsichtbar, des Respekts beraubt. Dieser Abgrund des Liebesunwertes stellt eine solche Tiefe an wortloser und bildloser *Verzweiflung* dar, dass jegliche begrenzte Scham als willkommene Beschützerin erscheinen muss. Ihre Sichtbarkeit und Gegenständlichkeit schützen gegen das graue Gespenst jener absoluten Scham (Anm. d. Verf.: hier würde ich Verzweiflung sagen). Die Urscham ist der Schmerz des wesentlichen Liebesunwertes (hier würde ich „verzweifelte Scham“ sagen). Sie ist jenseits der Sprache. Ibsen nannte das Herbeiführen solchen Liebesunwertes das Verbrechen des „Seelenmordes“. Nicht nur provozierte, konkrete äußere Scham ist ein Schutz gegen jene

namenlose Scham (Anm. d. Verf.: eher Verzweiflung), sondern auch zwanghafte Masturbation, eine stets wiederholbare Quelle, dass man geliebt wird (Anm. d. Verf.: eher etwas, das als Boje in der Uferlosigkeit dient). Ein ebensolcher Schutz sind triebhafte entwürdigende Sexualität mit ungeliebten Partnern, Erfolgssucht und unaufhörliche Arbeit, sowie Drogen oder Macht. Der Grundfehler, für den man sich letztlich schämt (Anm. d. Verf.: und an dem man verzweifelt), ist daher diese schmerzliche Wunde: „Ich bin nicht geliebt worden, weil ich im Kern nicht geliebt werden kann – und ich werde nie geliebt werden.““

Wurmser, und ihm möchte ich mich anschließen, sieht in der begrenzteren Scham auch eine Abwehr gegen die viel unbegrenztere Verzweiflung.

In der Kunst scheint es manchmal möglich zu sein das „Nie“ mittels Phantasie und schöpferischer Kraft zu transzendieren und eine Welt zu erschaffen, wo der Held all das erreichen kann, was dem Schöpfer des Werkes versagt geblieben ist.

Ich denke hier wieder an Beethoven, wo Verlust und Verletztsein, Sehnsucht nach Liebe, Verzweiflung, wilde, rücksichtslose Aggression und ein Streben nach dem Idealen vorherrschte.

3.4 Bedeutung des idealisierten Selbstobjekts bei der Verzweiflung

Im Verlauf meines Aufsatzes habe ich immer wieder, direkt oder indirekt, die Bedeutung eines Ideals in Form von Gott, Eltern, den Bereich der Möglichkeiten, der ja auch Wünsche und Phantasien enthält angesprochen.

Ich möchte daher noch kurz die Bedeutung eines Ideals und eines idealisierten Selbstobjektes zusammenfassen.

Kohut (1979) nahm an, dass zwei Qualitäten von Objekterfahrungen das Selbst konstituieren: spiegelnde und idealisierende. Er folgerte daraus eine bipolare Struktur des Selbst = bipolares Selbst, je nachdem, ob sich eine Erfahrung nach ihrem mehr spiegelnden oder idealisierenden Charakter einem der beiden Pole zuordnen ließ. Das entstehende Selbst besteht demnach aus zwei Polen (Analogie zu Kierkegaards Modell vom Selbst). Der aus den spiegelnden Erfahrungen hervorgehende beinhaltet das Bedürfnis bestätigt zu werden. Basale Ambitionen nach Stärke und Erfolg gehen aus ihm hervor (= Pol des Größenselbst). Der andere Pol entwickelt sich aus den Erfahrungen des Idealisierens und enthält die basalen idealisierten Ziele (= Pol der idealisierten Elternimago). Der die beiden Pole verbindende Spannungsbogen umschreibt eine Zwischenzone, die aus basalen Talenten und Fertigkeiten gebildet wird. In der normalen Entwicklung führt der Pol des Größenselbst über die Fähigkeit zur Selbstbehauptung auch zur Ausbildung der Selbstachtung. Die Kapazität für das Verfolgen von Ambitionen, für die Zielgerichtetheit des Handelns und für die Genussfähigkeit der eigenen körperlichen oder seelischen Aktivität geht ebenso daraus hervor.

Der Pol der „idealisierten Elternimago“ wird in der normalen Entwicklung zu einer Struktur transformiert, die die Werte und Ideale enthält. Hier entsteht die

Fähigkeit, die verinnerlichten Ideale und Werte dazu zu benutzen, um innere Spannungen zu regulieren, quasi als Reizschutz der Persönlichkeit.

Was geschieht aber, wenn durch mangelnde oder destruktive Selbstobjekterfahrungen es nicht zu einer Selbst-Integration kommen kann? Kohuts Antwort zur Selbst-Desintegration: Fragmentierung und Entleerung des Selbst, wobei er aber nicht zwischen den beiden Formen unterscheidet. Ich schließe mich da eher Morrison (1989) an, der vorschlägt, die Fragmentierung als die archaischere Form der Desintegration zu betrachten, da sie auf einem Versagen des spiegelnden Selbstobjekts basiere, das Größen-Selbst somit nicht die nötigen bestätigenden Reaktionen erhalten habe. Entleerung hingegen weise auf ein Versagen des idealisierten Selbstobjekts hin, welches die Selbstobjektbedürfnisse nach Omnipotenz und Spannungsregulierung nicht ausreichend beantwortet habe. Das würde zu Gefühlen der Leere, Depression und Scham führen, sich manifestierend in Sucht, Kriminalität und Perversion.

Aber: auch die Tatsache, dass man *überhaupt eines Selbstobjekts bedarf, kann sowohl zu Scham als auch zu Wut und Verzweiflung führen*, besonders dann, wenn die Umgebung wiederholt keine befriedigenden Selbstobjektfunktionen bietet.

In Kierkegaard'scher Terminologie wäre die „Synthese“ zwischen den beiden Polen des Selbst nicht gelungen. Sie ist deswegen nicht gelungen, weil das idealisierte Selbstobjekt nicht ausreichend war und die Entwicklung vom Größenselbst über die Selbstbehauptung zu Gefühlen der Selbstachtung, Sicherheit und des Vertrauens teilweise oder ganz misslungen ist.

4. Zusammenfassung

Verzweiflung stellt sich für mich als ein Gefühl dar, das dann entsteht, wenn der Mensch die polaren Seiten seines Seins nicht synthetisieren kann. Verzweiflung ist die Folge, wenn basale Strebungen und Bedürfnisse, wie die nach Kompetenz, Liebe, Anerkennung und Achtung immer wieder ins Leere laufen. Näherer Boden für diese Emotion mag mangelnde Selbstachtung,

Selbstsicherheit und geringe Selbst-Kohärenz sein. Doch glaube ich, dass es sicherlich auch Ereignisse gibt, die Grenzen des Bewältigbaren in einem Menschen überschreiten können und ihn verzweifeln lassen.

Die Auseinandersetzung mit dem Thema „Verzweiflung“ ist für mich noch nicht abgeschlossen, ganz im Gegenteil, ich sehe sie als soeben erst begonnen an, und bin mir darüber im klaren, dass noch sehr viel zu überlegen und diskutieren ist.

Literatur

- Bowlby J (1980) Verlust, Trauer und Depression. Fischer, Frankfurt am Main (2. Aufl 1987)
- Cioran EM (1934) Auf den Gipfeln der Verzweiflung. Bibliothek Suhrkamp, Frankfurt am Main (4. Aufl 1997)
- Erikson EH (1950) Kindheit und Gesellschaft. Klett, Stuttgart (5. Aufl 1974)
- Ferenczi S (1913) Glaube, Unglaube und Überzeugung. In: Schriften zur Psychoanalyse, Bd I. Fischer Wissenschaft, Frankfurt am Main
- Kierkegaard S (1849) Die Krankheit zum Tode. Gütersloher Verlagshaus Mohn
- Kohut H (1981) Die Heilung des Selbst. Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft, Frankfurt am Main
- Lewis M (1993) Scham. Annäherung an ein Tabu. Kabel Verlag, Hamburg
- Morrison AP (1989) Shame. The underside of narcissism. The Analytic Press, Hillsdale, NJ
- Schneiderbauer E (1999) Zwischen Integration und Desintegration: die Bedeutung des Schamaffekts. In: Aspekte einer neuen Psychoanalyse. Verlag Neue Psychoanalyse, Wien (in Druck)
- Seidler GH (1995) Der Blick des Anderen. Eine Analyse der Scham. Verlag Internationale Psychoanalyse, Stuttgart
- Theunissen M (1993) Der Begriff Verzweiflung. Korrekturen an Kierkegaard. Suhrkamp-Taschenbuch Wissenschaft, Frankfurt am Main
- Wurmser L (1993) Die Maske der Scham. Die Psychoanalyse von Schamaffekten und Schamkonflikten, 2. Aufl. Springer, Berlin Heidelberg New York Tokyo

Korrespondenz: Dr. Eleonore Schneiderbauer, Alseile 116/3/6, A-1170 Wien, Österreich,
e-mail: e.schneiderbauer@magnet.at.

Dr. Eleonore Schneiderbauer arbeitet in freier Praxis als Klin. Psychologin, Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin, Psychoanalytikerin und Supervisorin. Sie ist Mitglied des Wiener Kreises für Psychoanalyse und Selbstpsychologie.