
Durch Verlust von Wertempfinden
droht der Mensch der Welt verlustig
zu gehen.

KONRAD LORENZ

Einleitung

Es gibt zwar eine Reihe psychologischer Bücher und Aufsätze über Schuldgefühle und Gewissensprobleme, doch setzt sich keines von ihnen mit dem spezifisch weiblichen Phänomen des ständig schlechten Gewissens auseinander, mit dem so viele Frauen in allen Phasen ihres Lebens zu kämpfen haben. Das ist um so erstaunlicher, als gerade Frauen auffallend seltener schuldig werden, wenn wir die Regeln unserer Kultur zugrunde legen. Dies doppelte Mißverhältnis des Schuldig-werdens und Sich-schuldig-Fühlens, das zwischen Frauen und Männern herrscht, fällt in unserer Gesellschaft offensichtlich niemandem auf. Es wird weder in Theologie und Psychologie noch im Bereich der Erziehungswissenschaften thematisiert, aber auch nicht – und das ist das Überraschende – im Bereich der Frauenforschung und -literatur. Hier wird meines Erachtens ein zu wichtiges Phänomen ignoriert, das gerade für Frauen ungemein aufschlußreich ist und dem daher dies Buch gewidmet wurde.

Ich bin in den letzten Jahren kaum einer Frau begegnet, die nicht an übermäßigen Schuldgefühlen gelitten hätte. Die Ausnahmen lassen sich an den Fingern einer Hand abzählen. Für die meisten Frauen sind ständige Schuldgefühle die Ursache eines enormen seelischen Energieverlusts, der mit mehr oder weniger bewußten Minderwertigkeitsgefühlen einhergeht. Schuldgefühle lassen Frauen an Beziehungen festhalten, die längst gestorben oder überholt sind. Sie behindern Frauen in der Erziehung ihrer Kinder und veranlassen sie zum Einlenken, wo ihre Forderungen oder ihr Widerstand berechtigt

sind. Schuldgefühle lassen sie immer wieder gegen besseres Wissen Handlungen ausführen oder unterlassen, die sich nachteilig für sie – und häufig auch für ihre Umwelt – auswirken. Frauen werden durch ein Übermaß an Schuldgefühlen schwach und nachgiebig: An *ihnen* soll es auf keinen Fall liegen. Um keinen Preis wollen *sie* der Anlaß für eine schlechte Atmosphäre sein oder gar den Zorn anderer auf sich lenken. Denn eins ist klar: Wo immer etwas schief läuft, wo Kinder unzufrieden werden und Männer aggressiv, wo Kunden sich beschweren oder Chefs lauthals toben – Frauen fühlen sich schuldig.

In der Gewißheit, daß mit ihnen etwas nicht stimmt, suchen Frauen häufig eine Therapie nach der anderen auf, um herauszufinden, wie sie sich »bessern« können. Für sie ist klar, daß *sie* sich ändern müssen, wenn sich in ihrer Ehe oder Partnerschaft etwas ändern soll. Unerschütterlich ist ihr Glaube, daß, wenn sie sich anders verhalten, alles wieder in Ordnung kommt und die Menschen um sie herum mit ihnen zufriedener sind. Die Esoterik unterstützt diesen Glauben auch noch, so daß es zwischenzeitlich keiner Pfarrer mehr bedarf, um die alten Muster aufrechtzuerhalten.

So bleibt bis heute das permanente Schuldgefühl von Frauen *das* Einfallstor männlicher Ausbeutung und Unterdrückung. Solange es offensteht und Frauen den Mechanismus der Schuldzuweisung, der zu ihren Lasten und zu des Mannes Gunsten funktioniert, nicht durchschaut haben, so lange bleiben sie an längst überholte Beziehungen gebunden und verbringen ihr Leben damit, dem Partner zu beweisen, daß sie doch gar nicht so schlecht sind, wie er immer meint.

Nur wenigen Frauen dämmert nach mehrjährigen therapeutischen Versuchen, daß es vielleicht auch an ihrem Partner liegen könnte, daß er dauernd unzufrieden ist; daß Ehemänner oder Chefs ihre Tobsuchtsanfälle möglicherweise selbst zu verantworten haben und daß die Unzufriedenheit der Kinder auch noch andere Ursachen haben könnte als mütterliches Fehlverhalten. Doch zu solcher Einsicht gelan-

gen Frauen meist erst nach ungeheurem Leidensdruck oder nach langwierigen Erkenntnisprozessen.

Dem permanenten Schuldgefühl von Frauen steht auf männlicher Seite ein in beängstigender Weise abnehmendes Unrechtsbewußtsein gegenüber. Hier vermute ich einen Zusammenhang: Weibliche Schuldgefühle, so die These dieses Buches, korrelieren mit männlichen Schuldverdrängungen. Daher ist es mir wichtig, beide in einen Kontext zu stellen und weibliche Schuldgefühle mit männlichem Verhalten und patriarchalen Strukturen zu verbinden. Wenn auch den meisten Frauen das Problem ihrer übermäßigen Schuldgefühle bewußt ist, so sehen sie sie doch regelmäßig außerhalb dieses Zusammenhangs.

Auch tragen die wenigsten Frauen im Umgang mit ihren Schuldgefühlen dem Faktum Rechnung, daß es sich hier um ein *kollektives* und spezifisch *weibliches* Phänomen handelt, das folglich nicht mit einer individuellen Therapie oder geschlechtsneutralen Theorie über Schuldgefühle allgemein zu lösen ist. Strukturelle Probleme bedürfen eines weiteren Erkenntnishorizonts und können folglich nur im Zusammenhang mit gesellschaftlichen und kulturellen Gegebenheiten im Hinblick auf das jeweilige Geschlecht richtig verstanden und eingeschätzt werden.

Von dieser Erkenntnis sind die sich Frauen anbietenden Lösungswege weit entfernt. Der Weg in die Psychotherapie basiert auf dem Glauben, mit der jeweiligen Frau sei etwas nicht in Ordnung. Auf diese Weise lassen Frauen sich pathologisieren oder pathologisieren sich selbst. Keinem Mann würde es einfallen, aufgrund seines Mangels an Schuldgefühlen eine Therapie aufzusuchen, obgleich diese Haltung bei genauerem Hinsehen wesentlich sozialgefährlichere Züge trägt.

Daher erscheint es mir genausowenig wünschenswert, daß Frauen sich im Zuge ihrer »Emanzipation« an diese männliche Gegebenheit anpassen und ihr Gewissen abtöten; denn auch dieser Weg wäre keine echte Lösung des Problems. Auf

ihm laufen Frauen Gefahr, sich der männlichen Gefühlsverarmung anzupassen und sich in der Haltung distanzierter Gleichgültigkeit zu üben, die oft mit Rücksichtslosigkeit einhergeht und nur noch den eigenen kurzfristigen Vorteil sieht. Nichts ist dann mehr ihr Problem: ob sie andere verletzen oder sich auf Kosten anderer Frauen durchsetzen; ob sie die Übernahme von Versorgungsaufgaben in der Gruppe verweigern oder in Gesprächsrunden dominieren. Auch tangieren sie dann die berechtigten Forderungen anderer Frauen nicht weiter: Soll doch jede zusehen, wo sie bleibt. – Ein immer wieder auftretendes Phänomen auf Frauenzusammenkünften.

Ohne einen Blick für die kollektiven oder strukturellen Dimensionen des Problems weiblicher Schuldgefühle lassen sich meines Erachtens keine konstruktiven Lösungen finden. Daraus folgt, daß es sich bei den hier aufgezeigten Hintergründen und Zusammenhängen immer nur um Verallgemeinerungen handeln kann, denn nur sie sind geeignet, allgemeine Tendenzen und Strukturen sichtbar werden zu lassen. Daß auf diesem Wege nicht jede individuelle Frau, aber auch nicht jeder Mann angemessen beschrieben werden kann, liegt auf der Hand. Darum kann es auch gar nicht gehen. *Die Wahrheit ist immer perspektivisch*, und das sollte bei der Lektüre dieses Buches nicht vergessen werden. Meine Perspektive ist feministisch. Sie orientiert sich in erster Linie an den Bedürfnissen und Problemen von Frauen. Grundlage meines Ansatzes ist die Frage: Wie kommt es, daß Frauen so viel häufiger und intensiver unter Schuldgefühlen leiden als Männer?

Ich erhebe folglich keinen Anspruch auf die allein richtige Darstellung des Problems weiblicher Schuldgefühle. Sicher gibt es Aspekte in diesem Bereich, die hier nicht zur Sprache kommen. Auch will ich nicht leugnen, daß auch Männer unter übermäßigen Schuldgefühlen leiden können. Doch handelt es sich bei ihnen nicht um ein so auffallend kollektives Phänomen. Aber gerade um diesen Unterschied geht es mir. Er erscheint mir erklärungsbedürftig.

Das Buch wendet sich daher in erster Linie an Frauen, die unter übermäßigen Schuldgefühlen leiden, und an all jene, die sich für die Hintergründe dieses Phänomens interessieren. Es will Einblicke vermitteln in jene Fallen, die unsere Kultur aufgestellt hat und die Frauen immer wieder zu Schuldgefühlen veranlassen, die sie in ihrem Verhalten wie auch in ihrer Entfaltung blockieren. Wie bereits angedeutet, geht es nicht darum, Schuldgefühle per se zu pathologisieren. Sie können durchaus berechtigt sein und in einem solchen Fall einen wichtigen Erkenntnisgewinn darstellen. So ist es von eminenter Bedeutung, zwischen echten und falschen Schuldgefühlen unterscheiden zu können. Für eine solche Differenzierung will dieses Buch Frauen Erkenntnisgrundlagen bereitstellen.

Im *ersten Kapitel* geht es um die Beschreibung des Phänomens übermäßiger Schuldgefühle in den unterschiedlichen Lebensbereichen von Frauen. Egal in welcher Situation oder Position sie sich befinden, immer werden ihre Entscheidungen und Handlungen von Schuldgefühlen begleitet oder aber durch diese herbeigeführt. Bereits in diesem Kapitel werden Strukturen sichtbar und Erklärungen angeboten, die in den nachfolgenden Kapiteln eine weitere Ausdifferenzierung und Vertiefung erfahren.

Das *zweite Kapitel* zeigt den mythischen Untergrund weiblicher Schuldgefühle auf. Immerhin weiß der Grundlagenmythos unserer jüdisch-christlichen Kultur von Eva zu berichten, daß sie als zweite erschaffen wurde, doch als erste gesündigt hat. Ihr »Ungehorsam gegen Gott« wurde zur »Urschuld der Menschheit« hochstilisiert, aus der dann alles Übel dieser Welt abgeleitet wurde. Obwohl auch Adam in den Apfel biß, blieb er in der Folgezeit relativ unbehelligt. Bereits im Mythos weist er alle Schuld von sich. Diese Haltung hat Schule gemacht. Anders als Frauen haben Männer ein auffallendes Talent entwickelt, Schuld auf andere abzuwälzen, sich Verantwortung zwar in klingender Münze bezahlen zu lassen, sie aber nicht zu übernehmen, wenn etwas schief läuft. Der Sündenbock-Mechanismus funktioniert bis

heute. Opfer sind auffallend häufig Frauen, da sie sich am unteren Ende der Machthierarchie bewegen – dort, wo die verlagerte Schuld schließlich ankommt. An der Spitze der Machthierarchie ansässig, sind es Männer, die festlegen, was Schuld ist und wer schuldig wird. Ob in Theologie oder Philosophie, in Psychologie oder Politik, im Erziehungs- oder Rechtswesen, immer waren und sind es Männer, die bestimmten, was als richtig und falsch, gut und schlecht, weiblich und männlich, schicklich oder obszön anzusehen ist. Diese männliche Einseitigkeit oder Androzentrismus hat ihre Spuren hinterlassen in unserem Schuld- und Rechtsverständnis, in unseren Werten und Fühlen – vor allem jedoch in unseren Seelen, denen es verwehrt ist, für sich selbst herauszufinden, wo sie wirklich schuldig werden.

Das *dritte Kapitel* verfolgt die Spuren männlicher Schuldverdrängung, die ebenfalls bis in den Mythos zurückverfolgt werden können, die aber auch in unserer Sprache fest verankert sind. Diese Verdrängung männlicher Schuld wird in so umfassender Weise praktiziert, daß ich mich veranlaßt sehe, hier von einem »Tabu« zu sprechen. Es begegnete mir in zahlreichen Veranstaltungen und Diskussionen, in Vorträgen und Büchern, in Nachrichten und Zeitungen, aber auch in privaten Unterhaltungen. Wo immer es um das Thema weiblicher Schuld ging, kam es rasch zu einem allgemeinen Konsens. Weder von progressiver noch von konservativer Seite, weder von Frauen noch von Männern regte sich Widerspruch. In ihrer selbstkritischen Haltung waren Frauen dankbar für Hinweise auf bestimmte Verhaltensfehler, insbesondere im Hinblick auf Partnerschaft und Erziehung. Ging es jedoch um männliche Schuld, so veränderte sich die Situation regelmäßig. Frauen und Männer zeigten massive Widerstände. Es kamen Einwände wie: Das könne man ja wohl so nicht behaupten; schließlich gäbe es ja wohl noch andere Männer; und: wenn es darauf ankäme, seien Frauen doch schlimmer als Männer; im übrigen sei es doch die Schuld der Mütter, die die Männer ja schließlich so erzogen hätten...

Jeder dieser Einwände hätte auch für Frauen gelten können, wurde aber, wenn es um sie ging, nicht vorgebracht. Diese Einseitigkeit, wie auch die Emotionalität, die in diesen Fällen immer im Spiel war, ließen das beträchtliche Maß an Irrationalität erkennen, das das Thema männlicher Schuld so brisant macht und die Vermutung nahelegt, daß hier ein Tabu berührt wird, zumal auf objektiver Ebene männliche Schuld wesentlich greifbarer ist als weibliche. Doch sorgt das Tabu bei beiden Geschlechtern für Wahrnehmungsstörungen, die erschreckende Ausmaße angenommen haben. Sie werden in diesem Kapitel bewußtgemacht.

Auf meiner Suche nach Tabuisierungen männlicher Schuld stieß ich auf eine Märcheninterpretation von Eugen Drewermann, die dieses Phänomen auf eklatante Weise veranschaulicht. Das Märchen »Das Mädchen ohne Hände«, dem das *vierte Kapitel* gewidmet ist, handelt von der Schuld eines Vaters, die dieser gegenüber seiner unschuldigen Tochter auf sich lädt und damit ihren weiteren Lebensweg bestimmt. Über das Schuldigwerden des Vaters verliert Drewermann jedoch in seiner Interpretation kein Wort, sondern verweist statt dessen mehrfach auf Schuldgefühle des Mädchens, für die das Märchen keinerlei Anlaß bietet. Für Drewermann ist das Mädchen nicht etwa Opfer des Vaters, sondern vielmehr verantwortlich für dessen Verhalten. Diese offensichtliche Umkehrung des Märcheninhalts aufgrund der Parteilichkeit des Interpreten für den Vater veranlaßte mich zu einer eigenen Märchendeutung, die einiges zur Klärung meines Verständnisses der Problematik weiblicher Schuldgefühle beitrug.

Danach geht es im *fünften Kapitel* um eine Beschreibung der Frau als Opfer patriarchaler Strukturen sowie um die Diskussion weiblichen Opferseins, die immer wieder unter Frauen aufbricht. Nachdem Feministinnen wie Kate Millet und Mary Daly in den vergangenen Jahrzehnten den Opferstatus von Frauen deutlich herausgearbeitet haben, werden diese Analysen immer wieder ignoriert. Statt dessen wird

so getan, als beträfe das Opfersein nur einige vergewaltigte und mißhandelte Frauen und als würden mit ihnen alle anderen Frauen erst durch solche Analysen zu Opfern gemacht. Feministinnen sprechen von der »Viktimisierung von Frauen«. Dabei wird übersehen, daß mit vielen männlichen Gewaltakten eigentlich *alle* Frauen gemeint sind und es oft nur Zufall ist, wenn Frauen *nicht* zu Opfern männlicher Gewalt werden. Auch daß solche männlichen Gewalthandlungen im Grunde genommen auf alle Frauen zurückwirken und letztlich nur die Spitze eines Eisberges männlicher Frauenfeindlichkeit darstellen, der letztlich *jede* Frau auf die eine oder andere Weise zum Opfer fällt, findet in dieser Argumentation von Frauen keine Berücksichtigung.

Die Klärung weiblichen Opferseins wirft auch ein Licht auf die Frage nach der Schuld von Frauen: Waren es ursprünglich Männer, die weibliche Schuld definierten und eigene Schuld auf Frauen projizierten (unsere »Heiligen« Schriften sind voll davon!), so sind es zwischenzeitlich *auch* Frauen, die Frauen kollektiv für schuldig erklären.

Um diese weiblichen Schuldzuweisungen an Frauen geht es im *sechsten Kapitel*. Ähnlich wie die Kirche die Menschen immer wieder auf ihr Sündigsein anspricht, um ihnen dann im Namen Christi ihre Sünden vergeben zu können, so haben sich zwischenzeitlich auf säkularer Ebene einige Feministinnen darauf versteift, die Emanzipation von Frauen von ihrer Übernahme männlicher Schuld abhängig zu machen. Ob im Dritten Reich oder in der Dritten Welt, bei der Umweltzerstörung oder im Rahmen patriarchaler Strukturen, überall werden zwischenzeitlich Frauen als »gleichberechtigt Mitschuldige« ausgemacht und zur Übernahme von Schuld aufgefordert.

Von der Schuldzuweisung zur Selbstbezeichnung und schließlich zur Bezeichnung anderer Frauen – das scheint der Weg zu sein, auf dem manche Feministinnen voranschreiten und vor dem ich mit dieser Arbeit ausdrücklich warnen möchte. Daher geht es in diesem Kapitel um eine Klärung des

Schuldbegriffs, der nicht unhinterfragt verwendet werden kann, solange wir keine Ethik für Frauen haben. Schuldzuweisungen bedeuten immer Machtausübung und bedürfen einer gründlichen Klärung. Solange diese nicht erfolgt ist, hat die freiwillige Übernahme von Schuld durch Frauen eine verschleiernde Wirkung im Hinblick auf die Schuld von Männern, die auf kollektiver Ebene jene von Frauen um ein Vielfaches übersteigt.

Im *siebten Kapitel* geht es um eine weitere Klärung des Schuldbegriffs im Hinblick auf unser Gewissen. Diese oftmals verkannte Instanz, die Frauen dermaßen im Stich zu lassen scheint, wird in ihrem doppelten Aspekt beschrieben. Zum einen als Verinnerlichung von außen kommender Anforderungen, zum anderen als inneres Wert- und Sinnorgan. Diese Unterscheidung erscheint mir außerordentlich wichtig, weil nur auf ihrer Grundlage eine Differenzierung zwischen echten und falschen, konstruktiven und destruktiven Schuldgefühlen vorgenommen werden kann. Frauen leiden nämlich an einer Verlagerung ihrer Schuldgefühle auf den Bereich äußerer Anforderungen und vergessen dabei ihre eigenen Bedürfnisse. Selten fühlen Frauen sich schuldig, weil sie sich selbst vernachlässigt haben. Sie verdrängen dies innere Wissen zugunsten äußerer Stimmen, die sie ausbeuten und permanent für schuldig erklären, wenn sie den Ansprüchen anderer nicht genügen.

Feministische Psychologinnen haben wiederholt darauf aufmerksam gemacht, daß entwicklungspsychologische Phasenmodelle auf die Entwicklung von Knaben abgestimmt, für Mädchen aber nicht aussagekräftig sind. Ähnliches gilt auch für die Gewissensbildung. Das weibliche Gewissen scheint anderen Regeln zu folgen als das männliche. Darauf hat bereits Sigmund Freud hingewiesen, sich aber dennoch fast ausschließlich mit der Gewissensbildung bei Knaben befaßt. So geht es mir um eine Revision seiner Über-Ich-Lehre, die zumindest dem weiblichen Gewissen nicht gerecht wird. Von mir bevorzugt werden die psychologischen Ansätze von Carl

Gustav Jung und Erich Fromm, die von unterschiedlichen Gewissensarten ausgehen, ohne dabei jedoch geschlechtsspezifische Unterschiede im Blick zu haben. Dennoch liegen hier Erkenntnisse vor, die Frauen auf Möglichkeiten der Selbstfindung hinweisen. Ohne die Heilung ihres Gewissens, das immer wieder mißbraucht wird, ohne eine Stärkung der eigenen inneren Stimme gibt es für Frauen keine Befreiung von falschen Schuldgefühlen. Ohne sie aber ist auch eine Auseinandersetzung mit der ureigensten Schuld nicht möglich. Diese aber wäre für unsere Bewußtwerdung und Reifung von höchster Bedeutung.

Um sie geht es im *achten und letzten Kapitel*, das noch einmal die geschlechterdifferenten Dimensionen von Schuld herausarbeitet und damit zum einen verhindern will, daß Frauen männliche Schuld übernehmen, zum anderen auch helfen will zu erkennen, wie sehr sich weibliche Schuld von dieser unterscheidet. Dabei geht es immer noch um die kollektive Ebene weiblicher und männlicher Schuld. Individuelle Abweichungen können daher selbstverständlich nicht berücksichtigt werden. Doch geht es auch nicht darum, sie auszuschließen.

In diesem Kapitel wird jedoch deutlich, daß die Dimension des Geschlechts nicht leichtfertig aufgegeben werden darf zugunsten einer »Gleichstellung« im Rahmen patriarchaler Strukturen. Hier versuche ich zu zeigen, daß die Kategorie des Geschlechts nicht etwa eine patriarchale »Erfindung« ist, wie manche Feministinnen meinen, sondern grundlegend zum Menschen gehört und in allen Kulturen eine ganz wesentliche Rolle gespielt hat. Erst die Kirche hat es seit dem Mittelalter fertiggebracht, bei ihrer Neubestimmung des Schuldverständnisses die unterschiedlichen Lebenswelten und Erfahrungsweisen von Frau und Mann zu ignorieren und ein geschlechtsneutrales Schuldverständnis einzuführen. Gleichwohl hat sie jedoch die stärkere Schuldbelastung von Frauen eingeführt und damit das weibliche Wert- und Selbstwertgefühl zutiefst verunsichert. Wollen Frauen es wieder-

erlangen, so dürfen sie nicht etwa auf ihr Geschlecht verzichten, sondern sollten dieser Kategorie ihres Seins größte Aufmerksamkeit schenken.

Am Beispiel des Sündensyndroms – Sexualität, Sein-wollen-wie-Gott und Mangel an Liebe – zeige ich auf, daß dem damit verbundenen Sündenverständnis ein eindeutig männliches Lebensgefühl wie auch typisch männliche Verhaltensweisen zugrunde liegen. Mit diesen Begriffen läßt sich weibliche Schuld nicht beschreiben. Gleichwohl läßt sich aber mit ihrer Hilfe veranschaulichen, an welcher Stelle und an wem Frauen wirklich schuldig werden: nicht an der Gesellschaft, auch nicht an Gott dem HERRN, – sondern ausschließlich an sich selbst.