

**Zeitschrift:** Freidenker [1956-2007]  
**Herausgeber:** Freidenker-Vereinigung der Schweiz  
**Band:** 77 (1994)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Rund um den psychischen Tabubereich  
**Autor:** Schärer, Ann  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-414004>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 02.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Rund um den psychischen Tabubereich

Tabuiert scheint heute nicht mehr vieles zu sein. Offenheit ist ein erwarteter Wert, gerade bei Medien-darbietungen. Dies kann über vorhandene Tabus und Fast-Tabus hinwegtäuschen, weil im Zusammenhang mit dem Tabuthema in erster Linie Körperliches oder deutlich Körperverbundenes anvisiert wird.

**An den psychischen Tabubereich wird weniger gedacht.** Die nachfolgenden Überlegungen wollen nicht bestimmte Tabus brechen oder hervorheben. Es ist ein Versuch, die als Endpunkte erlebten Tabuzonen teilweise zu relativieren. Damit ist nicht ein Verharmlosen gemeint, sondern ein Differenzieren und In-Beziehung-setzen zu äusseren und inneren Bedingungen.

## Tabu ist, was als unantastbar ausgezeichnet ist.

Auch mittels Gedanken darf das streng Ab- und Ausgegrenzte nicht angetastet werden. Dabei ist zu unterscheiden zwischen Heilig-Unantastbarem und Verfemt-Unberührbarem, zwischen dem Distanzwhahren aus Achtung oder aus Ächtung (wobei die Wertungen umkippen können in ihr Gegenteil).

Tragende Gefühlsmomente zu dieser Hell-Dunkel-Zweiteilung sind der Glaube einerseits und Befürchtungen anderseits, beim Schritt in die Tabuzone nicht mehr vom Geflecht der Kontakte und der Norm getragen zu werden.

## Normalsein als Eckwert

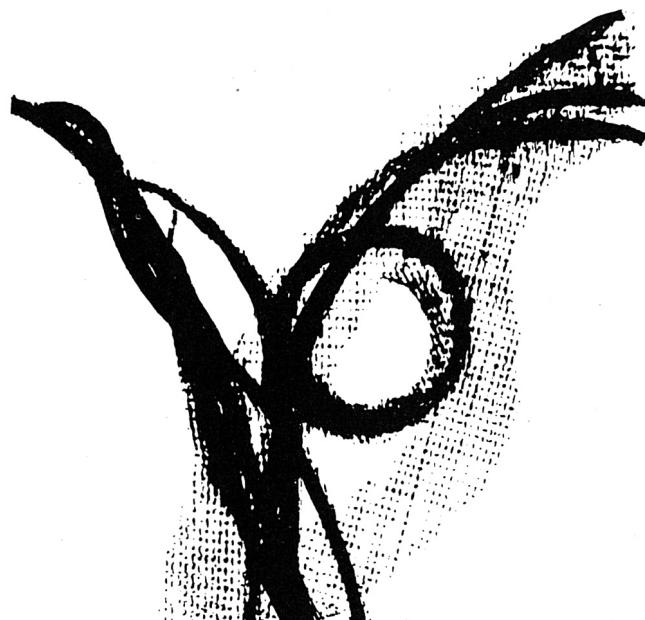
Als normal oder nicht normal eingeschätzt zu werden (auch von sich selbst), kann Innerstes treffen. «Normal» bedeutet eigentlich «durchschnittlich», «im statistischen Mittelwert liegend». Im allgemeinen Empfinden nimmt das «Normalsein» aber einen hohen Stellenwert ein, etwa im Sinn von «alles ist in Ordnung», «gut und gesund», sowie dem Konsens, es gebe nichts zu hinterfragen.

Demgegenüber wirkt die Einstufung «nicht normal» zumindest verdächtig. Sie gibt Anlass, auf Distanz zu gehen.

Kippen die Worte und Werte um, wandeln sich die Bezeichnungen «verrückt» oder «wahnsinnig» zur Akzentsetzung für eine besondere Vortrefflichkeit oder Attraktion.

## Tabus sind raum- und zeitabhängig

Dieselben hier fremden Arten, sich darzustellen, werden vielleicht andernorts, in einer anderen Kultur, respektiert. Oder sie waren früher üblich. Wertungen wandeln sich im Wechsel der Zeiten, Räume, Sachgebiete.



Ein blau-grüner Siebdruck zum Thema «Tabu»

*Altsein* war einst hoch geachtet. Später nahm das (Vor-)Urteil mehr und mehr Raum ein, dass Alter sozusagen zwingend verbunden sei mit einem allgemeinen Nachlassen der Fähigkeiten und Kompetenzen. Verständlicherweise ergab sich daraus recht oft eine Furcht. Manchenorts zelebriert sich fast ein Tabuieren um die Themenkreise «Jung-Alt»: hochgehaltene Jugendlichkeit und weggeschobene Altersqualifikationen. In aktuellster Zeit wiederum ist immer häufiger von gutem und erfolgreichem, von souveränem Altwerden die Rede.

*Armut*, so wird berichtet, galt im Mittelalter als religiös gültige hohe Darstellung einer demütigen Lebensweise – und löste erst in späteren Epochen mehr oder weniger strikte Ablehnung aus –, um heute auch in bezug auf den engeren Umkreis zum vermehrt akzeptierten Thema zu werden.

## Neben den allgemeinen stehen die individuellen Tabus oder Fast-Tabus

Sie haben sich, im Wechselspiel zwischen Aussen- und Innenwelt, im Laufe der persönlichen Entwicklung herangebildet.

Während in Unterhaltungsmedien das für die Gesellschaft wie für den Einzelmenschen bedeutsame *Gerechtigkeitsbedürfnis* z.B. mittels Krimis und Western durchaus zur Darstellung kommt, ist es ansonsten recht still um diesen seelischen Bereich samt der zugehörigen Kehrseite: Menschliche Belange wie Gunst und Missgunst, Neid und Rachebedürfnisse scheinen verhältnismässig wenig in gezielter- und differenzierter Weise betrachtet und untersucht zu werden. Sie lassen sich besser mit Verpackungen präsentieren, in den Oberbegriffen «Narzissmus» und «Aggression».

Für das, was im menschlichen Verhalten und Sein als fraglos gültig anerkannt ist, steht heute vielfach das Eigenschaftswort «aufgestellt». Demgegenüber fällt der Umgang mit *diffusen Schwächezuständen* schwer. Sie sind nicht fassbar, be-greifbar, vorzeigbar im üblichen Sinn – und verunsichern. Deshalb kann eine klare körperbezogene Krankheitsdiagnose auch dann erleichtern, wenn sie schmerzt. Die Benennung, der festgehaltene Name macht das Unheimliche zum an-greifbaren Zustand – wenigstens vorerst in Gedanken. Im Rumpelstilzchen-Märchen zeigt sich der Vorgang plastisch. «Ach, wie gut, dass niemand weiss, dass ich Rumpelstilzchen heiss!» schreit das unheimlich-wundertätige, winzige Männlein, seines Triumphes sicher, das Kind der Königin zu erhalten. Und es reisst sich, als die Königin seinen Namen nennen kann, vor Zorn selbst mitten entzwei.

## Tabus haben ursprünglich sozialen und psychologischen Sinn

Die erste festgelegte Kenntnisnahme von Tabus stammt aus dem Südseeraum. Der englische Weltumsegler James Cook, der zwischen 1768 und 79 den Stillen Ozean erforschte, berichtet in seinen Reiseaufzeichnungen von einem Tabu der Polynesier: der Unberührbarkeit von gestorbenen Menschen.

Der tote Mensch ist wohl ein Tabu-Urbild und eng in Verbindung zu setzen mit den Gefühlen der Heiligung und Furcht – mit Ehrfurcht.

Einen Menschen kennen, heisst, ihn lieben oder bedauern.  
Wer nichts weiss, muss alles glauben.  
Im Unglück finden wir meist die Ruhe wieder, die uns  
durch die Furcht vor dem Unglück geraubt wurde.  
*Marie von Ebner-Eschenbach*

Altern, mögliches Kranksein, Sterben sind menschliche Grundgegebenheiten, um die wir alle wissen. Es ist aber ein Wissen besonderer Art, das einhergeht mit Scheu, mit einer Tendenz, sich zurückzuhalten im Wahrnehmen: Unser Schutzbedürfnis regt sich. Soziale und persönliche Tabus stellen einen *Schutzwall* auf. Sie kanalisieren das gesellschaftliche und private Tun und Lassen. Der Gesellschaft bringen sie Stabilität und Anerkennung. Persönliches bewahren sie. So wie Schmerz, Angst und Furcht grundsätzlich ihren natürlichen Sinn haben, birgt die Gegebenheit des Tabuierens an sich soziale und psychologische Sinngehalte. Sie haben Anteil am kindlichen Entwicklungsgeschehen und am inneren Aufbau des Menschen. Unser Bedürfnis nach einer derartigen *Richtschnur* zeigt sich im Suchen oder Übernehmen von Idealen und persönlichen Vorbildern und, manchmal oder, Anti-Vorbildern. Allerdings kann die Richtschnur zur Stolperschnur werden.

### Zauber und Entzauberungen

Überhöht-Wunderbares und streng Verbotenes wie Ungeheuerliches spielen ihre Rollen in den Märchen, die das Kind jeweils unverändert, unangetastet wiederhören möchte: Es nimmt diese wundersam erhöhende und bewahrende Unantastbarkeit mit einer gewissen Faszination auf. Ich denke, in diesem Zusammenhang dürfen auch religiöse Inhalte erwähnt sein und das Anliegen, dass Fragen rund um religiöse Tabus zugelassen seien – gerade auch Fragen von Kindern, die eben logisch denken lernen: Gebote von heiligen, ideellen Unantastbarkeiten können sich in einer Weise verinnerlichen, die dem Denken grundsätzlich Hemmnisse vorschreibt, als gelte ein Denkverbot. Ein vom Befragten zugestandenes Nichtwissen mag zwar entzaubern, doch in einer guten Weise.

### Hinterfragte Tabus

Mentalitätsmäßig stehen Tabuierungen dem Autoritätserleben nahe. Auseinandersetzungen mit lichten und trüben Tabuseiten schliessen ein Hinterfragen von Autoritäten und Autoritärem in sich. Dies kritische Betrachten von tatsächlich oder scheinbar Überlegen-Festgefügtem gründet in einem breiteren Motivationsrahmen denn allein im Reiz des Verbotenen. Es geht mehr in Richtung eines inneren Klärungsversuches, der leider vom Regen in die Traufe führen kann, wenn das wach gebliebene Bedürfnis nach Halt von oben in eine neue und fraglichere Autoritätsbindung mündet.

Mit allgemeinen und vor allem mit persönlichen Tabus und Schwächen umzugehen lässt sich lernen. Der Spannbogen der Möglichkeiten vom mehr Spielerischen bis zum überlegten Nachfragen und -forschen fusst auf grundsätzlichem Respektieren von sozialen wie eigenen und fremden Abgrenzungen. Tabubruch beinhaltet den Bruch. Das ist ein anderes Thema.

Ann Schärer

Psychologin und Psychotherapeutin FSP, Bern

Wer zu diesem Text oder zu anderen psychologischen Bereichen Stellung nehmen möchte – gegebenenfalls in einer Diskussions- bzw. Lesegruppe am Montag –, kann sich an die Redaktion wenden (Weissensteinstr. 49B, 3007 Bern) oder an die Autorin (Praxisadresse: Herrengasse 6, 3011 Bern. Tel. 031 312 30 12).

Kriemhild Klie-Riedel

## Ein Psychiaterfall ?

Wir haben nur die eine Welt,  
in der wir atmen können.  
Wie lang sie uns noch trägt und hält,  
bestimmt kein Gott. Die Weichen stellt  
der Mensch, um's klar zu trennen.

Er könnt's perfekt. Ein Knopfdruck reicht –  
zack, wär sein Stern im Eimer,  
zerbombt, zermalmt, atomverseucht,  
und wem das immer noch nicht reicht,  
der kriegt ihn auch noch kleiner.

Doch will mensch das? Will er den Ast,  
auf dem er sitzt, absägen?  
Vielleicht, weil ihm der Baum nicht passt?  
Weil er die Baumschädlinge hasst  
mitsamt dem sauren Regen?

Dann wär er ein Psychiaterfall  
mit seinen Machtgebärden.  
Spielt grosskotzig im Weltenall  
den neuen Gott, doch wie fatal –  
versagt als Mensch auf Erden.

Sägt er so weiter, skrupelfrei,  
sägt er sich selber mittenzwei.

Zu der Zeit, da Buddha noch als Prinz Siddharta von seinem Vater in einem herrlichen Palast festgehalten wurde, entwischte er manchmal und fuhr im Wagen in der Umgebung spazieren. Bei seinem ersten Ausflug begegnete ihm ein gebrechlicher Mann, zahnlos, voller Falten, weisshaarig, gebeugt, auf einen Stock gestützt, zitterig und brabbelnd. Er staunte, und der Kutscher erklärte ihm, was ein Greis ist. «Was für ein Unglück», rief der Prinz aus, «dass die schwachen und unwissenden Menschen, berauscht vom Stolz der Jugend, das Alter nicht sehen. Lass uns schnell wieder nach Hause fahren. Wozu all die Spiele und Freuden, da ich doch die Wohnstatt des künftigen Alters bin.»

Buddha erkannte in einem Greis sein eigenes Schicksal, weil er, geboren, um die Menschen zu retten, ihr Los uneingeschränkt auf sich nehmen wollte. Darin unterschied er sich von ihnen: die Menschen verdrängen, was ihnen missfällt. Und besonders das Alter. Amerika hat das Wort *Tote* aus seinem Vokabular gestrichen: man spricht von *lieben Dahingegangenen*; ebenso vermeidet man jeden Hinweis auf hohes Alter. Auch im heutigen Frankreich ist dieses Thema geächtet. Als ich am Schluss meines Buches *Der Lauf der Dinge* gegen dieses Tabu verstiess, Welch ein Zetergeschrei löste ich da aus! Zuzugeben, dass ich an der Schwelle des Alters stand, hieß, dass es allen Frauen auflauerte, dass es viele schon ereilt hatte. Freundlich oder erbost sagten mir viele Leute, vor allem ältere, bis zum Überdruss, es gäbe kein Alter. Es gäbe lediglich mehr oder weniger junge Leute, das sei alles. Für die Gesellschaft ist das Alter eine Art Geheimnis, dessen man sich schämt und über das zu sprechen sich nicht schickt. Über die Frau, das Kind, den Jugendlichen gibt es auf allen Gebieten eine reiche Literatur, doch Hinweise auf das Alter sind, ausser in Spezialwerken, sehr selten.

*Simone de Beauvoir*

(Beginn der Einführung in ihr Werk «Das Alter», Rowohlt, Hamburg 1972)