

Schuldgefühle und Macht

Autor(en): **Schwyn, Christine**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Puls : Drucksache aus der Behindertenbewegung**

Band (Jahr): **30 (1988)**

Heft 5: **'Tschuldigung**

PDF erstellt am: **22.05.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-157671>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Schuldgefühle und Macht

von Christine Schwyn

Aus eigenen Erfahrungen und der Auseinandersetzung mit meinen Hintergründen interessiert mich der Bereich der Schuldgefühle in Beziehungen. Schon als Kind bedrückten und bedrängten diese beklemmenden, hemmenden Kräfte mein (Gefühls-)Leben. So fühlte ich mich für alles mögliche schuldig, für die gespannte Atmosphäre in der Familie allgemein bis hin zu konkreten Fällen, wo zum Beispiel dem Vater etwas nicht oder nur schlecht gelang und er wütend wurde. Hinter dieser Art Schuld – so sehe ich es heute – steckt aber auch die Idee oder Phantasie von Macht: Ich fühlte mich mächtig genug, Verursacherin verschiedenster Situationen zu sein, sie heraufbeschwören, beeinflussen und steuern zu können. Ich erlebte diese Art Schuldgefühle immer als ungeheure Belastung, fühlte mich für alles mögliche verantwortlich und dachte, es läge nur an meinem Verhalten, wie sich die Dinge abspielten. Dass Machtphantasien hinter diesen – für mich – Ohnmachtsgefühlen mitspielten (ich konnte ja unmöglich alles bewirken, was ich wollte), ist mir lange nicht zu Bewusstsein gekommen; der Gedanke hat etwas sehr Befreiendes. In einem zweiten Bereich, Partnerbe-

ziehungen, hatte ich lange auch mit Schuldgefühlen, Schuldfragen zu kämpfen. Zum einen spielten sich dieselben, oben beschriebenen, Mechanismen ab. Daneben erlebte ich, wie Schuldgefühle als Druck- oder Machtmittel gegeneinander eingesetzt werden können. Ein Beispiel: Ich möchte alleine sein, der Partner ist frustriert, weil er hoffte, den Abend gemeinsam zu verbringen. Es folgt ein langes Hin und Her, in dem wir uns für die eigenen Bedürfnisse rechtfertigen, dem anderen Schuld anlasten für Enttäuschungen, Einengung usw. Ich setze mich dann vielleicht durch, geplagt aber von jenen Schuldgefühlen, die mich meine Sache gar nicht recht genießen und erleben lassen. Einerseits hat es der Partner geschafft, mir den Abend zu versauen, andererseits setze ich ihn mit meinem schlechten Gewissen auch unter Druck, da ich ihm signalisiere, dass er Schuld dafür trägt, wie mir zumute ist.

Als ich die Vorschau zu dieser Nummer las, kam mir die Frage, weshalb «Schuld» für uns so erdrückend negativ ist. «Schuld» hat doch auch mit «Verantwortung» zu tun, die wir hochachten, während für uns «Schuld» der «Sünde» nahesteht. Die Antwort zu dieser Frage lasse ich gerne nähren von den Überlegungen im PULS. Nur

soviel ist mir klar geworden: In meinem zweiten Beispiel entziehen sich beide Partner der Verantwortung: Ich mich der Verantwortung der Durchsetzung meiner Bedürfnisse (Alleinseinwollen), der Partner sich seiner Gefühle, Reaktionen. Mir ist inzwischen bewusst geworden, dass ich in einem solchen Fall, will ich die Verantwortung nicht abschieben, Schuld auf mich nehme und lernen muss, dazu zu stehen. Diese Schuld scheint mir, angesichts der entfallenden Schuldgefühle, nicht belastend. Ich übernehme Verantwortung für seine Gefühle wie Enttäuschung oder Frustration.

Wenn man so will, machen wir uns täglich mehrmals schuldig, indem wir uns gegen Wünsche von Anderen durchsetzen. Anders gesagt bedeutet diese Schuld, dass ich Verantwortung für mich und mein Handeln übernehme und dazu zu stehen lerne. Dieser Prozess ist im weitesten Sinne Emanzipation. Ich muss lernen Schuld auf mich zu nehmen. ■

