

Anika Roßmann

# **Rote Wangen, gesenkter Blick**

Umgang mit Scham in der Schule

Mit einem Vorwort von Stephan Marks

2025

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Dr. h. c. Rolf Arnold (Kaiserslautern)  
Prof. Dr. Dirk Baecker (Dresden)  
Sebastian Baumann (Mannheim)  
Dr. Carmen Beilfuß (Magdeburg)  
Dr. Michael Bohne (Hannover)  
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)  
Prof. Dr. Jörg Fengler (Köln)  
Torsten Groth (Münster)  
Reinert Hanswille (Essen)  
Dr. Barbara Heitger (Wien)  
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)  
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)  
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)  
Prof. Dr. Heiko Kleve (Witten/Herdecke)  
Dr. Roswita Königswieser (Wien)  
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)  
Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg)  
Tom Levold (Köln)  
Dr. Dr. Kurt Ludewig (Münster)  
Dr. Stella Nkenke (Wien)  
Rainer Orban (Osnabrück)  
Dr. Burkhard Peter (München)  
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)

Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)  
Dr. Rüdiger Retzlaff (Heidelberg)  
Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)  
Dr. Dirk Rohr (Köln)  
Dr. Wilhelm Rothhaus (Bergheim bei Köln)  
Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)  
Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)  
Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt † (Münster)  
Jakob R. Schneider (München)  
Prof. Dr. Jochen Schweitzer † (Heidelberg)  
Prof. Dr. Fritz B. Simon (Berlin)  
Dr. Therese Steiner (Embrach)  
Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin † (Heidelberg)  
Karsten Trebesch (Dallgow-Doberitz)  
Bernhard Trenkle (Rottweil)  
Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler (Köln)  
Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)  
Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)  
András Wienands (Berlin)  
Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)  
Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)  
Prof. Dr. Jan V. Wirth (Meerbusch)

Themenreihe: Systemische Pädagogik

hrsg. von Rolf Arnold

Reihengestaltung: Uwe Göbel

Umschlaggestaltung: B. Charlotte Ulrich

Umschlagmotiv: © ADDICTIVE STOCK CORE – stock.adobe.com

Redaktion: Nicola Offermanns

Satz: Verlagsservice Hegele, Heiligkreuzsteinach

Printed in Germany

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck



Erste Auflage, 2025

ISBN 978-3-8497-0608-1 (Printausgabe)

ISBN 978-3-8497-8560-4 (ePUB)

© 2025 Carl-Auer-Systeme Verlag  
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg  
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren  
und zum Verlag finden Sie unter: <https://www.carl-auer.de/>.  
Dort können Sie auch unseren Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH

Vangerowstraße 14 • 69115 Heidelberg

Tel. +49 6221 6438-0 • Fax +49 6221 6438-22

[info@carl-auer.de](mailto:info@carl-auer.de)

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>9</b>
<b>Einleitung</b> .....	<b>11</b>
Zum Aufbau des Buches .....	14
<b>1 Die aktuelle Schulsituation in Deutschland</b> .....	<b>15</b>
Die Lehrkräfte .....	16
Die Schüler:innen .....	20
Das Elternhaus .....	22
Die Schulsozialarbeit .....	23
Die Gesellschaft und das Schulsystem .....	24
<b>2 Der systemische Blick auf die Schule</b> .....	<b>27</b>
Warum lohnt sich nun ein gezielter systemischer Blick auf die Schule? .....	27
Was bedeutet der systemische Blick für das »System Schule«? .....	27
Auf welche systemischen Methoden können wir zurückgreifen? .....	29
<b>3 Die Rolle der Scham</b> .....	<b>32</b>
Jeder Mensch schämt sich für etwas anderes .....	32
Die Schamanfähigkeit kann sich im Verlauf des Lebens ändern .....	33
Scham resultiert aus der Erwartung, sich selbst oder andere zu enttäuschen .....	34
Scham ist die heimlichste Emotion des Einzelnen und der Gesellschaft .....	34
Scham zeigt sich durch körperliche Reaktionen .....	35
Scham schränkt unser Reaktionsvermögen ein .....	35
<i>Einfrieren und Verstecken</i> .....	35
<i>Flucht</i> .....	36
<i>Kampf</i> .....	36
Scham lässt sich unterteilen in gesunde und traumatische Scham .....	36
Die traumatische Scham kann uns krank machen .....	37

Die Scham kann transgenerational weitergegeben werden . . .	38
Fremdschämen ist das Schämen über Fehlritte anderer . . . .	39
Scham wird immer ein Teil von uns sein . . . . .	41
Scham als sozialer Klebstoff . . . . .	41
Die Grundformen der Scham . . . . .	41
<i>Scham durch Missachtung</i> . . . . .	42
<i>Scham durch Grenzverletzung</i> . . . . .	43
<i>Scham durch Ausgrenzung</i> . . . . .	45
<i>Scham durch Verletzung der eigenen inneren Werte</i> . . . . .	46
<b>4 Schamprozesse in der Schule . . . . .</b>	<b>48</b>
Beurteilen . . . . .	49
Vergleichen . . . . .	49
Zugehörigkeits-Check . . . . .	50
<b>5 Schamgeschichten aus der Schule . . . . .</b>	<b>52</b>
Die entmutigte Emma . . . . .	53
Der hilflose Mohamad . . . . .	57
Die abwertende Frau Schmidt . . . . .	64
Die angespannte Frau Lang . . . . .	69
Der vorgeführte Erik . . . . .	74
Der überforderte Herr List . . . . .	77
Die leistungsschwache Lilly . . . . .	79
Der abschätzig David . . . . .	81
Die (über)angepasste Julia . . . . .	86
Die neue Laura . . . . .	90
Der andere Paul . . . . .	93
Der verzweifelte Herr Rubens . . . . .	98
Charlies überlastete Mutter . . . . .	101
Der gemobbte Momo . . . . .	106
Die bedrängte Frau Ebert . . . . .	111
Die entblößte Maja . . . . .	114
Die selbstverletzende Sophie . . . . .	118
Die wütende Frau Engel . . . . .	121
Die verletzte Carla . . . . .	124
Die aufgeregte Frau Bohm . . . . .	129
Der lebensmüde Roman . . . . .	131
Der beschuldigte Jonas . . . . .	137
Der schikanierte Herr Gube . . . . .	141

Der abwesende Alex .....	144
Die unbedachte Frau Patz .....	148
Die unsichere Luise .....	151
Der ungewollte Clemens .....	155
<b>6 Die Schule der Zukunft? .....</b>	<b>158</b>
Umgang mit Scham an Schulen – ein Werkzeugkoffer .....	158
<i>Der Missachtung begegnen: Anerkennung herstellen</i> .....	159
<i>Grenzverletzung begegnen: Schutz herstellen</i> .....	161
<i>Ausgrenzung begegnen: Zugehörigkeit herstellen</i> .....	164
<i>Verletzung eigener innerer Werte begegnen:</i>	
<i>Integrität herstellen</i> .....	166
<b>Epilog .....</b>	<b>168</b>
<b>Danksagung .....</b>	<b>170</b>
<b>Literatur .....</b>	<b>171</b>
<b>Über die Autorin .....</b>	<b>178</b>

## 5 Schamgeschichten aus der Schule

Die in diesem Kapitel erzählten Geschichten sind wirklichkeitsnah und aus verschiedenen Perspektiven geschrieben. Lediglich einzelne Fragmente wurden abgewandelt oder Namen geändert.

Zunächst ein Hinweis für die Leser:innen: Die Geschichten befassen sich u. a. mit Themen rund um selbstverletzendes Verhalten, Mobbing, Suizid und (sexualisierte) Gewalt. Ich habe die Geschichten teilweise persönlich miterlebt, oder sie wurden mir zugetragen. Manche Geschichten werden vermutlich tragikomisch auf Sie wirken, andere werden Sie vielleicht selbst betroffen machen. Wie Sie nun wissen, liegt das eventuell daran, dass Sie in Ihrer persönlichen Lebensgeschichte eine ähnliche Situation erlebt haben oder Sie sich so sehr empathisch in die Protagonist:innen einfühlen können, dass sie sich selbst beschämt fühlen. Dabei geht es in den Geschichten nicht um die Klärung von Schuldfragen – es geht darum, hinzuschauen, was mit der/dem Einzelnen passiert, wenn bestimmte Ereignisse stattfinden. Es geht darum zu erkennen, hinter welchen Reaktionen wir eventuell die Scham entdecken können. Die Geschichten zielen darauf ab, die verschiedenen Aspekte und Ebenen von Schamerlebnissen darzustellen, ohne dabei jedoch in die Tiefe zu gehen. Sie sollen lediglich einen Impuls für weitere Überlegungen bieten und Ihr Schambewusstsein erweitern. Die Geschichten sollen Sie aufrütteln und nachdenklich stimmen. Die Geschichten sollen Ihnen Angebote schaffen, das Geschehen durch die Schambrille zu betrachten und ggf. neue Handlungsmöglichkeiten zu entdecken. Im Anschluss an jede Geschichte werden wir gemeinsam schauen, wie die unterschiedlichen Beteiligten im System Schule mit der Scham umgehen und welche Strategien sie sich angeeignet haben. Deshalb gibt es nach jeder Geschichte zwei Deutungsrichtungen:

1. *Der Scham auf der Spur:* Wer beschämt wen und wodurch können wir es bemerken?
2. *Denkanstöße:* Wie lässt sich die Situation in eine neue Richtung lenken und die entstandene Scham reduzieren?

Noch ein letzter Hinweis: In den Geschichten selbst gendere ich nicht, und es fallen gelegentlich Schimpfwörter oder jugendtypische Aus-

drücke. Ich habe mich dafür entschieden, das so zu belassen, um die Sprache der Protagonist:innen möglichst authentisch darzustellen.

## Die entmutigte Emma

### Situation einer Schülerin im Musikunterricht

»Ich glaube, ich gehe lieber wieder nach Hause«, sagt Emma zu mir. Ich erstarre und schaue sie bittend an.

»Bitte tue mir das nicht an! Ich brauche dich an meiner Seite!«

Emma entgegnet:

»Ich kann einfach nicht. Heute haben wir wieder Musik, und ich müsste vorsingen – vor der gesamten Klasse! Weißt du noch beim letzten Mal? Ich schaffe das nicht noch mal. Lieber lebe ich mit einer Sechs.«

Ja, ich erinnere mich noch ganz genau. Vor sechs Wochen mussten wir alle das letzte Mal einzeln etwas vorsingen. Ich kann mich gut daran erinnern, wie mein Herz schlug, als ich nach vorn treten musste – die Blicke der anderen waren auf mich gerichtet. Ich sang nicht besonders toll, aber da ich eine der ersten war, hielten sich meine Mitschüler:innen mit einer Beurteilung meiner Leistung zurück. Bei Emma war das anders – sie war als Letzte dran. Alle hatten es bereits hinter sich gebracht – die Stimmung war äußerst ausgelassen und heiter – bei allen bis auf Emma. Sie ging bereits mit hochrotem Kopf nach vorn, und ich hatte Angst, dass sie gleich ohnmächtig werden würde. Ihre Gesichtsfarbe änderte sich schnell von hochrot nach leichenblass. Dann fing sie mit zittriger Stimme an, das Lied zu singen – es war kaum zu erkennen, da sie so schief sang und ihre Stimme zwischendurch immer wieder aussetzte.

Alle anderen hielten den Atem an – einschließlich mir. Es war eine ungläubige Stille, bei der sich erahnen ließ, was im Anschluss passieren würde. Viele meiner Mitschüler:innen suchten zwischendurch den Blickkontakt miteinander und gaben sich Zeichen.

Nachdem Emma das Lied beendet hatte, brachen fast alle in schallendes Gelächter aus. Auch die Musiklehrerin kämpfte damit, nicht lachen zu müssen. Sie suchte nach den richtigen Worten – auch, um die johlende Menge wieder einzufangen. Nach längerer Zeit bat sie um Ruhe und sagte:

»Emma, wo war denn deine Stimme heute? Eine große Sängerin wirst du wohl nicht. Aber ich sehe die Mühe, die du dir gegeben hast.«

Sie schaute Emma direkt an – sah ihre Tränen.

»Nun stell dich mal nicht so an. So schlimm ist es doch nicht.«

Die Klasse begann erneut zu lachen und grölen. Emma schaute zu Boden und begann zu weinen. Und ich? Ich saß zu weit weg, um sie zu trösten und vor den anderen zu schützen. Ich hatte nicht den Mut, aufzustehen und mich für sie starkzumachen.

Heute muss das anders laufen! Was kann ich tun, damit das nicht noch mal passiert und sie Mut fassen kann, mit mir in den Unterricht zu kommen?

### ***Der Scham auf der Spur***

Die Präsentation der Leistung durch das (Vor-)Singen stellt für viele Menschen eine große Herausforderung dar. Aber warum schämen sich Menschen, wenn sie vor anderen singen sollen? Hierzu analysierten Rötter und Reinhardt (2013) anhand von Experten:innen-Interviews, dass Musik als Sprache der Emotionen den Singenden dazu bringt, sich seelisch auszuziehen und viel vom Innersten zu zeigen. Insbesondere in stürmischen Zeiten wie der Pubertät falle die Angst vor negativer Bewertung durch andere besonders hoch aus.

So ist es in der Geschichte bei Emma. Sie hat bereits negative Erfahrungen gesammelt und wird durch das Verhalten ihrer Mitschüler:innen und der Lehrerin in ihren *Grenzen verletzt* und somit beschämt. Die Mitschüler:innen lachen sie aus, die Lehrerin intensivierte noch das Gefühl der Bloßstellung, indem sie Emma durch eine abfällige Bemerkung abwertet. Die fehlende Aufforderung der Musiklehrerin an die Klasse, das Gelächter einzustellen, verstärkt den Affekt der Beschämung bei Emma. Emmas einzige Reaktionsmöglichkeit, um dieser Scham zu entgehen, sieht sie darin, Situationen wie dieser zukünftig fernzubleiben und stattdessen mit einer negativen (Leistungs-)Beurteilung zu leben.

Auch die Erzählerin der Geschichte schämt sich aufgrund ihres Gefühls, hilflos zu sein und Emma in der Situation nicht angemessen unterstützen zu können. Sie schämt sich für ihre Freundin mit. Befürchtet sie außerdem vielleicht, selbst in den Fokus der anderen zu geraten, sollte sie eingreifen und für Emma Partei ergreifen? Bei der Musiklehrerin lässt sich eine Fremdscham aufgrund der »schlechten« Gesangsleistung von Emma vermuten. Ist das Gefühl



des »Lachen-Müssens« eine Übersprunghandlung ihrerseits, um mit der Situation zurechtzukommen? Warum findet sie keine angebrachten Worte, um Emma zu schützen?

### **Denkanstöße**

In der Geschichte stecken einige Aspekte, durch deren Betrachtungsweise sich die Scham der einzelnen Beteiligten zumindest reduzieren ließe: Die Musiklehrerin kann nach der Stunde das Gespräch mit Emma suchen und sich für ihre unangebrachten Worte entschuldigen. Sie kann ihr Mut zusprechen. Sie kann Emma zukünftig *schützen*, indem sie sie nicht mehr solch einer Situation aussetzt, sondern ihr stattdessen die Möglichkeit anbietet, in einer kleinen, vertrauten Gruppe oder allein vorzusingen. Vielleicht gäbe es sogar die Möglichkeit, dass Emma eine Ersatzleistung erbringt.

Die Musiklehrerin kann sich vor der Klasse klar positionieren, welche Verhaltensweisen sie vonseiten der Schüler:innen nicht duldet und welchen Umgang miteinander sie von der Klasse erwartet. Sie kann dabei die Verantwortung für ihr eigenes Handeln übernehmen und in diesem Zusammenhang auch der Klasse das Gefühl vermitteln, dass sie sich bei Bedarf als Lehrkraft schützend vor Einzelne stellen wird.

Die Musiklehrerin kann als Pädagogin im Blick haben, wie gruppendynamische Prozesse funktionieren und wie schnell sie eskalieren können. Sie kann sich auch darüber Gedanken machen, inwieweit sensible Schüler:innen durch eine Eskalation geschädigt werden könnten. Sie kann sich ein Schambewusstsein und verschiedene Strategien für einen positiven Umgang mit der Scham erarbeiten. So kann es ihr gelingen, den Schüler:innen ein Angebot zu verschaffen, wie sich Schamsituationen besprechbar und somit auch bearbeitbar machen lassen. Auch kann sie vorab mit den Schüler:innen erarbeiten, wie ein angemessener Umgang in »Ausnahmesituationen« wie dem Vorsingen aussehen kann. Diese präventive Arbeit für ein reflektiertes Schambewusstsein kann im Rahmen des Klassenrates stattfinden. Was wäre, wenn die Schüler:innen in diesem Rahmen über vergangene Schamerfahrungen berichten und sich somit eine neue Vertrautheit bzw. Verbundenheit zwischen den Schüler:innen entwickeln könnte? Was würde die Erkenntnis bei den Schüler:innen verändern, wenn sie wüssten, dass jeder Mensch Scham kennt und ihr bereits ausgesetzt war? Vielleicht könnten dann einige davon be-

richten, wie ihnen ein guter Umgang mit ihr gelungen ist, sodass andere davon eigene Strategien ableiten können.

Die Musiklehrerin kann ihre eigene Schamgeschichte und mögliche Auswirkungen bis in das Erwachsenenalter überprüfen. Nicht selten sind Reaktionen in bestimmten Situationen auf (traumatische) Erfahrungen in der Kindheit zurückzuführen. Emma kann in Einzelgesprächen mit der Schulsozialarbeit positiv bestärkt werden. Sie kann einen Ort finden, um über die Gefühle zu sprechen, die bei ihr durch die beschämende Situation ausgelöst wurden. Zu guter Letzt ist die Scham der Erzählerin nicht außer Acht zu lassen. Die Musiklehrerin kann sich mit ihr verbünden und mit ihr gemeinsam ein erstes kleines Netzwerk für Emma bilden. Auch kann geprüft werden, unter welchen Voraussetzungen eine Rückkehr von Emma in die Klasse gelingen kann. Dabei sollte mit ihr darüber gesprochen werden, welche konkreten Sorgen sie hat – und unter welchen Voraussetzungen eine Rückkehr in den Musikunterricht vorstellbar wäre. Es kann geschaut werden, was oder wen sie an ihrer Seite benötigt. Auch kann man der Frage nachgehen, inwiefern die Zusammenarbeit mit Emmas Eltern eine sinnvolle Ressource gegen Emmas beginnende Schuldistanz darstellt.

Weiterführend können wir uns fragen, welche Möglichkeiten das Schulsystem hat, dass Noten generell nicht nach Talent vergeben, sondern alternative Leistungskontrollen durchgeführt werden. Welche Möglichkeiten bietet der Lehrplan? Wäre eine generelle Bewertung von Musiktheoriewissen nicht bereits ein gutes Mittel, um präventiv Scham und Demütigung vorzubeugen? Ist es zwingend erforderlich, allen Schüler:innen das Vorsingen als Form der Leistungserbringung zuzumuten, oder könnte sie nicht auf Freiwilligkeit beruhen?

### Informationen und Tipps

Der Klassenrat ist ein demokratisches Instrument, um über aktuelle Themen und Probleme der Klasse miteinander ins Gespräch zu kommen. Weitere Informationen und praktische Materialien finden Sie auf [www.derklassenrat.de](http://www.derklassenrat.de) oder im Buch *Lösungsfokussierter Klassenrat* von Marion Stock und Joachim Mangold (2023).