

» Wenn Du Dein wahres Gesicht zeigen würdest, würdest Du 10 000 Follower verlieren ... «

Schamkonflikte in Zeiten digitaler Selbstpräsentation und Vermessung

von Vera King

♥ 1 Mio.

Digitale Medien haben neue Kulturen des Sich-Zeigens hervorgebracht. Kehrseite des Sich-Zeigens, Vergleichens und Vermessens sind Schamkonflikte, die neue Bedeutungen erlangen.



Selbstpräsentation und öffentliche Sichtbarkeit gewinnen in immer neuen Varianten an Bedeutung. Selbstdarstellung und stetes Vergleichen mit den digital-medial präsenten Anderen sind für viele selbstverständlich und teils unabdingbar geworden. Wer sich behaupten will, muss Aufmerksamkeit bekommen. Wer Status und Positionen verbessern oder auch nur aufrechterhalten möchte, ist gehalten, sich medial zu konturieren, sich mit anderen zu messen und von ihnen bewerten zu lassen.

Im Zuge dessen werden die meisten Akteure zu Spezialisten der Selbstpräsentation, des Vergleichens und des Messens (Vormbusch, 2012). Dabei geht es nicht nur um Dienstleistungen und Konsum, sondern auch um Selbst- und Leistungsdarstellung im Beruf, wenn Gehalt, Aufstiegschancen und Anerkennung oder Aufträge sich an Absatzzahlen, Quoten, Rankings u. a. m. ausrichten.

Erfolg, Leistung, gut dastehen heißen dann: Beurteilungen und Messwerte haben, mit denen man »sich sehen lassen kann« – wobei diese Werte digital eben ganz konkret für sehr viele andere sichtbar werden können (Mau, 2017). Und gute Werte sind oft hohe, gestiegene Zahlen, besser als die der Konkurrenten. Die Ausrichtung an solchen Normen mag ambivalent sein und paradoxe Folgen haben – wenn z. B. Qualität durch Quantität ersetzt wird, wie sich im transdisziplinären Forschungsprojekt »Das vermessene Leben« abzeichnet (siehe Kasten, Seite 83). Frauen und Männer mögen subjektiv versuchen, sich kritisch davon zu distanzieren, aber sie können sich dem doch nicht ohne Weiteres entziehen, wie es etwa Frau S. (36) schil-



dert am Beispiel des Postens in Social Media: »Wenn alle meine Freunde mir Likes geben, das heißt, die finden mein Bild schön oder meinen Beitrag toll. Aber dann hab ich auch manchmal so Angst: vielleicht gefällt denen ja mein Beitrag nicht, sondern: »häh, was will die denn damit, häh? warum ... zeigt sie sich?« Das ist dann auch meine Sorge. Es muss schon schön sein ... hundert Prozent, ... bevor ich was poste. Aber dann denk ich mir: »warum mach ich das?« – aber ich mach es. Das heißt, ich kann nicht das posten, was ich wirklich will – ich poste das, was ich, wo ich denke, ... also oh, das wird den meisten gefallen.« Frau S. ist sich der Orientierung an den Erwartungen anderer bewusst und hinterfragt diese – ohne sich ihnen entziehen zu können (King et al., 2019).

Schein, Scham und harte Arbeit

Wie rezente Studien es nahelegen – u. a. im Rahmen einer Pilotstudie über Selbstdarstellung Jugendlicher an der Goethe-Universität und am Sigmund-Freud-Institut (SFI) Frankfurt (siehe Kasten, Seite 84) –, nimmt die Arbeit an der Selbstdarstellung, die Beschäftigung damit, wie man sie richtig oder besser macht, bereits bei Heranwachsenden sehr viel Raum ein. Der erzielte Erfolg wird umso höher geschätzt, auch wenn das Ziel – Steigerung von Zahlen – sich verselbstständigt. Dazu die Jugendliche Bella, die überlegt, was geschähe, wenn sie nicht mehr aktiv an ihrer Selbstdarstellung im Netz arbeitete, um »Likes oder Follower o. a. zu gewinnen,« keine Fotos mehr einstellt:

»B: Also wenn ich jetzt äh gar keine Fotos mehr hab dann würde erstens passieren: ich würde alle meine Follower verlieren (lacht).

I: Oh nein (lacht)

B: Nein – das ist schlimm – würd' ich erstmal alle meine Follower verlieren ...

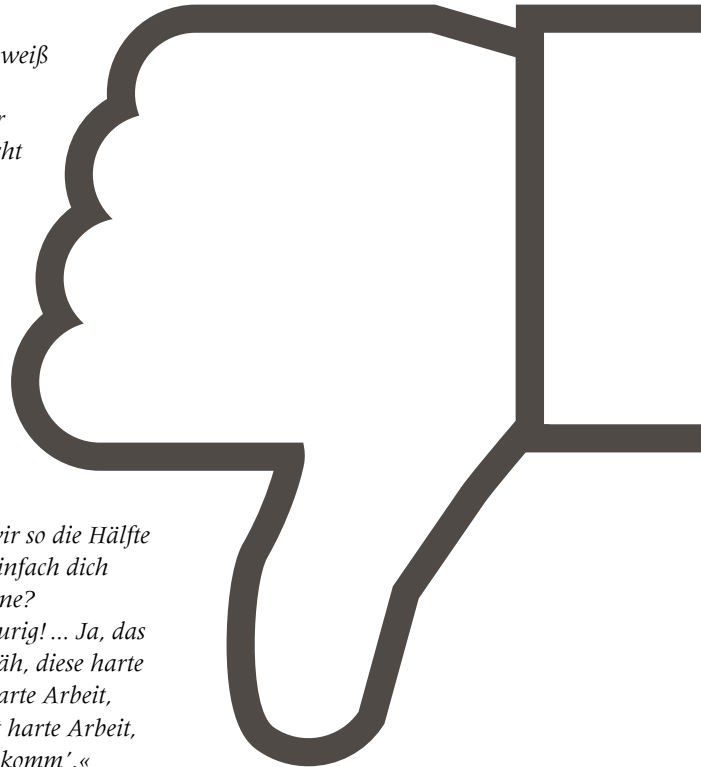
I: Und dieses mit den Followern is' ja extrem wichtig, dass man viele hat?

B: Ja. I: Warum?

B: Weiß nich' also ich weiß nich' so ... die meisten Follower kenn' ich gar nicht. Das sind gar nicht meine Freunde. Ja ich mag, ich finde die Follower eigentlich nur wichtig, damit, damit die halt auch sehen so was für Fotos ich habe und so und keine Ahnung

I: Aber du wärst schon wahrscheinlich traurig wenn, sagen wir so die Hälfte deiner Follower jetzt einfach dich ababonnieren würde, ne?

B: Ich wär' richtig traurig! ... Ja, das wär' schon doof weil, äh, diese harte Arbeit. Ich sag' jetzt harte Arbeit, aber – das ist eine echt harte Arbeit, so viele Follower zu bekomm'.



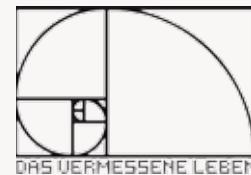
Projekt: Das vermessene Leben

In diesem transdisziplinären Forschungsprojekt untersuchen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler in Frankfurt, Jena und Berlin, wie Messen, Zählen und Vergleichen im Alltag zunehmend an Bedeutung gewinnen. Das Projekt »Das vermessene Leben. Produktive und kontraproduktive Folgen der Quantifizierung in der digital optimierenden Gesellschaft« wird seit Februar 2018 von der VolkswagenStiftung im Bereich »Schlüsselthemen für Wissenschaft und Gesellschaft« gefördert. Die Sprecherin ist Prof. Vera King.

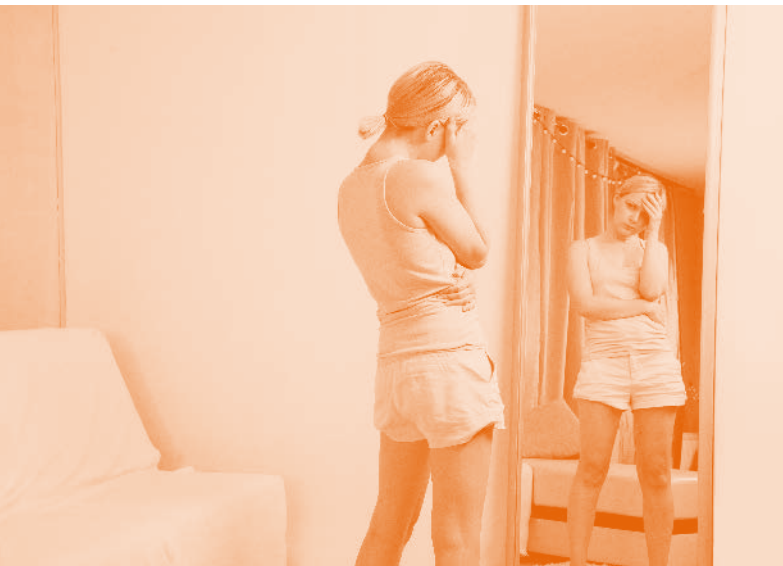
Im Zuge des digitalen Wandels haben quantitative Dimensionen der Optimierung in vielen Bereichen des Sozialen an Bedeutung gewonnen. Welche produktiven und kontraproduktiven Konsequenzen mit der »Orientierung an der Zahl« und der Vermessung des Lebens verbunden sind,

steht im Zentrum des Projekts. Dabei beleuchten die Forscherinnen und Forscher insbesondere die intersubjektiven und psychischen Bedeutungen quantitativer Optimierung in organisationalen Kontexten und auf der Ebene der individuellen Lebensführung.

Um die komplexen Zusammenhänge zwischen verschiedenen Ebenen des Sozialen bestimmen zu können, setzen die Forschenden unterschiedliche Schwerpunkte: Im Teilprojekt Jena, geleitet von Prof. Hartmut Rosa, wird mithilfe von Expertinnen-Interviews die Orientierung an Zahlen in den Handlungspraktiken und Interaktionsmodi professioneller Organisationen in den Blick genommen. Das Frankfurter Teilprojekt untersucht unter der Leitung von Prof. Vera King, unter Mitarbeit von Dr. Julia Schreiber, Micha Schlichting



und Maïke Stenger, durch narrative Interviews, welche Bedeutung der digitalen Quantifizierung in der Beziehungsgestaltung in Social Media zukommt. Im Teilprojekt Berlin, geleitet von Prof. Benigna Gerisch, stehen wiederum Formen der körperbezogenen Selbstvermessung im Fokus, die auch ins Verhältnis zu pathologischen Varianten quantifizierender Körperpraxis gesetzt werden. Ergänzt werden diese qualitativen Verfahren überdies durch eine gemeinsame Fragebogenerhebung aller drei Teilprojekte mit mehr als 1000 Befragten.



Manches muss bei dieser »harten Arbeit«, dem Ringen um gute Zahlen, auch umso besser verborgen werden. Vieles wird daher geschönt, verbessert, gefiltert, so dass das »wahre Gesicht« hinter der optimierten Fassung verschwindet. Zugleich gibt es eine Art Scham über die Selbstwert-Abhängigkeit von diesen Praktiken – zumal, wenn durchaus wahrgenommen wird, dass es eben auch um Produktion von Schein geht:

»Und das is einfach irgendwie in irgendeiner Weise voll dumm und ich find das auch, dass es zuviel is so ... ich find das halt ... also ich finds halt nich gut, dass ... also auf facebook is halt alles immer so extrem gestellt und extrem verschönt, und das ... find ich halt auch nich gut« (vgl. King 2016, 2018).

Im mehrfachen Sinne erweist sich Scham als eine Kehrseite des Sich-Zeigens, Vergleichens und Vermessens: Scham kann sich einstellen, wenn man, für andere sichtbar, schlecht dasteht, wenig Likes, Follower hat, schlechte Zahlen und Bewertungen. Um gut abzuschneiden, wird umso mehr die Selbstdarstellung optimiert (von »allen«, sagen Jugendliche zu diesem Thema). Scham kann aber wiederum aus dem Wissen oder Gefühl resultieren, dass man in Wirklichkeit gar nicht so ist, wie man sich digital zeigt – dass man womöglich »10 000 Follower« verlore, wenn man sein »wahres Gesicht zeigen« würde. Nicht zuletzt kann sich Scham einstellen, wenn eben diese Abhängigkeit von der entsprechenden Anerkennung und von der Reaktion der digitalen Öffentlichkeit intensiv erlebt wird. Schamkonflikte, im sozialen wie psychischen Sinn, gewinnen somit an Bedeutung.

Geschlechtstypische adoleszente Selbst- und Körperdarstellungen in Social Media

Auf welche Weise Adoleszente sich und ihren Körper in Social Media präsentieren, wurde im Rahmen einer Pilotstudie von Prof. Vera King, Dr. Susanne Benzel und Simone Rassmann untersucht, die von Oktober 2017 bis April 2018 im Rahmen der Förderlinie »Kleine Genderprojekte« durch das Gleichstellungsbüro der Goethe-Universität und das Dekanat des Fachbereichs Gesellschaftswissenschaften gefördert wurde. Das Interesse der Forschenden galt der Frage, in welchem Verhältnis Online- und Offline-Selbstdarstellungen aus Sicht der Jugendlichen stehen. Um zu beleuchten, wie Kommunikationsspielräume im Zuge der Digitalisierung gleichzeitig erweitert und normiert werden, wurden insbesondere geschlechterspezifische Darstellungs- und Visualisierungsstrategien untersucht und mit adoleszenzstypischen Entwicklungsthemen in Verbindung gebracht.

Die Spannung zwischen Sich-Zeigen und Sich-Verbergen

Schamkonflikte sind prinzipiell vielschichtig determiniert und sozialpsychologisch von besonderem Interesse. Denn Scham entsteht an der Schnittstelle von Selbst und Anderem, Schamkonflikte werden auch als »Grenzkonflikte zwischen Selbst und Welt« (Tiedemann, 2013) bezeichnet. Entwicklungstheoretisch konstituiert sich das Selbst *im Blick des Anderen*, Scham bewegt sich in einem Dreieck: Das *Ich* (Subjekt) schämt sich *seiner* (Selbst als Objekt) vor dem *Anderen* (Sartre, 1942/1974: 382). Entsprechend verdichtet sich im Schamgefühl eben dieses – potenziell schmerzliche – Erleben, nicht nur Subjekt, sondern auch Objekt des Blicks der Anderen zu sein. Nach Seidler lassen sich überdies Niveaus von Scham und Schamkonflikten unterscheiden: ob jemand a) »wirklich selbstreflexiv auf sich schauen



kann« oder b) dazu, eher außengeleitet, »die Realpräsenz eines äußeren Beobachters benötigt« oder c) dem Blick des Anderen gegenüber naiv »schamlos« sei (Seidler, 2014: 827). Scham ist aus dieser Sicht nicht nur ein negativer und auch nicht allein intrapsychisch wirksamer Affekt, der das Selbstwertgefühl beeinträchtigt, sondern auch ein Schutz und ein Bindeglied zum Anderen (Hell, 2018). Die Komplexität von Schamkonflikten liegt darin begründet, dass bei Scham vielfach sowohl ein äußeres soziales, intersubjektives Konfliktgeschehen (soziale Scham) im Spiel ist (Neckel, 1994) als auch eine psychische Erlebensdimension und durchaus variierende innere Konflikthaftigkeit.

In praktischer und dynamischer Hinsicht beinhalten Schamkonflikte ein Ringen zwischen Sich-Zeigen und Sich-Verbergen, eine Spannung zwischen dem Drang oder Anspruch, sich selbst zu konturieren, zu präsentieren – oder sich zu verhüllen, zu verschleiern bis hin zum Verschwinden (*im Erdboden versinken*) oder zum sozialen Tod aufgrund eines als existenziell wahrgenommenen Scheiterns (*das Gesicht verlieren, sich nicht mehr sehen lassen können*). Affektiv wirkt Scham eher flutend (sichtbar etwa in der Schamesröte). Scham durchströmt im subjektiven Empfinden geradezu die Adern, wenn sie gescheiterte Phantasien des Erfolgs, aber auch der decouvierten Machtwünsche, des gebeugten Stolzes und der Omnipotenz zum Ausdruck bringt. Nicht zuletzt aber auch, wenn körperlich oder emotional Intimes unerwünscht zur Schau gestellt wird. Schamaffekte hüten einerseits soziale und individuelle Normen bis hin zur Integrität des affektiven und leiblichen Selbst. Schamkonflikte können andererseits hemmend wirken, somit im weiteren Sinne die Vitalität, die Liebe und das Leben einschränken. Scham und Beschämung sind nicht zuletzt Bestandteil sozialer Ordnung und Hierarchien, sie können daher auch soziale Ungleichheit zum Ausdruck bringen (Statusscham: sich der Armut schämen, des Misserfolgs, der Kleidung, des Aussehens, der unvorteilhaften Performance, der schlechten Werte...). In diesem Sinne sind Schamkonflikte auch Teil der sozialen Konfliktspannung. Und sie nehmen zwangs-

läufig zu in dem Maße, wie das Zeigen und Sich-gut-Präsentieren, aber auch das gekonnte Verbergen, zu Bedingungen für Erfolg und Ressourcen, soziale Anerkennung oder Zugehörigkeit werden.

Bezogen auf kulturelle Bedeutungen der Scham wurde zeitweise angenommen, mit individualistischen kapitalistischen Gesellschaften sei charakteristischerweise eher das Thema Schuld verbunden. Scham spiele demnach eine besondere regulative Rolle in ethnischen oder traditionellen Gesellschaften, auch in den asiatischen *Schamkulturen*, in denen eben jene versagen und ausgeschlossen werden können, die das Gesicht und die Ehre verlieren, Schande auf sich ziehen. Allerdings wird gerade in jüngerer Zeit ausgegangen, dass Scham wiederum maßgeblicher geworden ist in der späten Moderne, in Gegenwartsgesellschaften, in denen das leistungsorientierte, an Steigerung und Grenzüberschreitung orientierte Individuum ständig mit der Spannung zwischen Optimierungsnormen, Selbst und Ideal konfrontiert wird.

AUF DEN PUNKT GEBRACHT

- Digitale Medien haben neue Kulturen des Sich-Zeigens hervorgebracht.
- Kehrseite des Sich-Zeigens, Vergleichens und Vermessens sind Schamkonflikte, die neue Bedeutungen erlangen.
- Schamkonflikte entstehen an der Schnittstelle von Selbst und Anderem, von Selbst und Welt.
- Schamkonflikte sind eine Folge des ins Unüberschaubare vergrößerten Horizonts des Vergleichs mit den Vielen.

Digitalisierung bringt neue Arten von Schamkonflikten hervor

Wie die Beispiele zeigen, haben sich im Zuge von Digitalisierung die Relevanzen von Selbstpräsentation, aber auch die des *Blicks des Anderen* verändert – wodurch Scham eine andere Qualität und Bedeutung bekommt. Nicht nur driften physische und



❤️ 112 769

Literatur

Hell, D.: Lob der Scham, Psychosozial, Gießen 2018.

King, V.: If you show your real face, you'll lose 10000 followers – The Gaze of the Other and Transformations of Shame in Digitalized Relationships, CM: Communication and Media Vol 11, No 38 (2016), doi:10.5937/comman12-11504.

King, V.: Geteilte Aufmerksamkeit. Kultureller Wandel und psychische Entwicklung in Zeiten der Digitalisierung, Psyche – Z Psychoanal 72, 2018, 640-665. DOI 10.21706/ps-72-8-640.

King, V., Gerisch, B. & Rosa, H. (Hrsg.): Lost in Perfection. Impacts of Optimisation on Culture and Psyche, Routledge, London 2019.

King, V., Gerisch, B., Rosa, H., et al.: Psychische Bedeutungen des digitalen Messens, Zählens und Vergleichens, Psyche – Z Psychoanal, 2019, 9/10, im Erscheinen. (King 2019a)

Mau, St.: Das metrische Wir, Suhrkamp, Berlin 2017.

Neckel, S.: Status und Scham, Campus, Frankfurt a. M. 1994.

Sartre, J.-P.: L'Être et le néant, Gallimard, Saint-Amand 1943.

Seidler, G.H.: Scham, in: Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe (827-830), hrsg. v. Mertens, W., 4. erw. Aufl., Kohlhammer, Stuttgart 2014.

Tiedemann, J.: Scham, Psychosozial, Gießen 2013.

Vormbusch, U.: Die Herrschaft der Zahlen, Campus, Frankfurt/M. 2012.

kommunikative Präsenz durch digitale Kommunikationsformen stärker auseinander – denken wir auch an den digital absorbierten Blick des leiblich präsenten Anderen und die damit verbundene Fragmentierung von Aufmerksamkeit. Zugleich hat eben der *Blick des Anderen* auf das medial erzeugte Bild des Selbst an Bedeutung gewonnen. Übergreifend haben es daher nicht nur Heranwachsende, sondern auch Erwachsene in digitalen Welten mit teils vertrauten, teils neuen typischen Herausforderungen zu tun, insbesondere mit der Spannung von zu viel oder zu wenig, auch in Bezug auf Selbstdarstellung (wobei gerne auf die Anderen verwiesen wird, die zu viel von sich zeigten). Die digital öffentlich sichtbaren Statusniveaus und Vergleiche mit anderen werden dabei teils als lustvolle Rivalität, als sportlicher Wettbewerb, aber teils auch als leidvoll bedrängend empfunden und gehen mit der Angst vor beschämendem Statusverlust einher. Vielfach geht es auch um die Spannung zwischen Konformität und Anderssein – wobei der anonyme Blick des digitalen Anderen und der damit verbundene Konformitätsdruck eher außengeleitete Orientierungen befördern (im Sinne von: etwas nur zu tun, um anderen zu gefallen, hohe Zahlen zu bekommen), für die sich Akteure wiederum schämen.

Schamkonflikte erlangen vor diesem Hintergrund vielfältige Bedeutungen – sie sind verknüpft mit den Dynamiken des Sich-Zeigens, Messens und Vergleichens. Eher zu verstärken scheint sich die Angst vor Beschämung durch sozialen Ausschluss (im Sinne von Statusverlust oder Ausgrenzungs-Scham) – während gleichzeitig die Scham abzunehmen scheint, sich im konkret-physischen Beisein von Anderen kommunikativ abzuwenden. Neue Gestalten von Scham entstehen wegen der Abhängigkeit von digitalen Praktiken, wegen der mitunter als suchtartig empfundenen Bezogenheit auf das Netz-Echo. Solche Abhängigkeit kann umso bedrängender wirken, wenn der digitale Blick



des Anderen jene Sehnsüchte erfüllen soll (etwa nach Anerkennung, Zuwendung, Bindung), die mit den leiblich anwesenden Anderen nicht ausreichend erfüllt werden. Und nicht zuletzt wurde die Scham über das Ungenügen des digitalen Selbst deutlich. Das Gefühl, dass das digital präsentierte Selbst einer direkten Bewährungsprobe nicht standhielte, wird zugleich als unvermeidbar empfunden; man muss es tun, so scheint es sich für viele darzustellen, da sonst der Erfolg ausbliebe. Mithin erscheint auch diese Scham als eine Folge des ins Unüberschaubare vergrößerten Horizonts des Vergleichs mit den vielen, den digital bedeutsamen Anderen. Denn wenn digitale Selbstpräsentationen kontinuierlich evaluiert, vermessen, gespeichert und *mit allen* abgeglichen werden, entsteht eine neue kulturelle Matrix des Verhältnisses von Selbst und Anderen – mit allen genannten Doppelbödigkeiten und Widersprüchen. So bringt die digitale Moderne neue Schamkonflikte hervor. ●



Die Autorin

Prof. Vera King ist Direktorin des Sigmund-Freud-Instituts und Professorin für Soziologie und psychoanalytische Sozialpsychologie an der Goethe-Universität. Von 2002 bis 2016 war sie Professorin für Entwicklungs- und Sozialisationsforschung an der Universität Hamburg. Sie erforscht die psychischen Folgen gesellschaftlichen Wandels, z. B. durch Digitalisierung, Beschleunigung/Optimierung und technologischen Wandel. Weitere Forschungsschwerpunkte sind das Verhältnis von Kultur und Psyche sowie die Veränderungen des Aufwachsens, der Familie und der Generationenbeziehungen, der Wandel psychischer Entwicklungen in der Kindheit und insbesondere der Jugend und Adoleszenz.

king@soz.uni-frankfurt.de