

«Schützende Scham und verletzende Beschämung»

Prof. em. Dr. med. Daniel Hell

14.04.2016, 19.30 Uhr, Hotel BELVEDERE, Locarno

Daniel Hell, war bis Anfang 2009 Direktor an der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich und Ordentlicher Professor für Klinische Psychiatrie der Universität Zürich. Heute ist er an der Privatklinik Hoheneegg in Meilen tätig. Er hat sich wissenschaftlich vor allem mit Depressionen und anderen emotionalen Problemfeldern beschäftigt. Mehrere seiner Bücher sind Best- und Longseller geworden, z.B. «Welchen Sinn macht Depression?» oder auch «Die Sprache der Seele verstehen – Die Wüstenväter als Therapeuten»

2015 erschien im NZZ-Verlag zu seinen Ehren eine Denkschrift unter dem Titel "Das eigene Leben – Jemand sein dürfen statt etwas sein müssen". Sein Werk ist teilweise in acht Sprachen übersetzt.



Einführung in das Thema

Die Bedeutung des Schamgefühls für den Einzelnen und die Gesellschaft.

Scham ist ein sich verbergendes Gefühl. Wer sich schämt, möchte sich verstecken. Doch kann der Andere in der Scham nicht ausgeschaltet werden. Mitmenschen bleiben vor dem inneren Auge auch dann präsent, wenn niemand anwesend ist. Anders wer bloss gekränkt ist und sich nicht schämt. Hier ist der Fokus auf sich selbst gerichtet und der Betroffene sorgt sich eher (manchmal narzisstisch) um seine eigene Wunde.

Heute wird Scham tendenziell als Schwäche eingeschätzt. Es wird einerseits mit passivem Gekränktheit verwechselt und im Widerspruch zur geforderten Autonomie gesehen. Andererseits wirkt sich aus, dass das Schamgefühl im Abendland lange als etwas Kindliches oder gar Minderwertiges betrachtet wurde – auch in Medizin, Psychologie und Theologie. Es hat deshalb – z.B. im Gegensatz zum Schuldgefühl – auch wenig Aufmerksamkeit bekommen. Erst in den letzten Jahrzehnten wird die Bedeutung des Schamgefühls für die individuelle und gesellschaftliche Entwicklung neu entdeckt. Nicht das Schamgefühl ist zu beschämen, sondern die Schamlosigkeit, mit der Menschen auch in sozialen Medien gekränkt werden, als wachsendes Problem zu sehen.



In den letzten Jahren publizierte Bücher von Prof. D. Hell, die auch für interessierte Laien geschrieben sind:

Hell D, Welchen Sinn macht Depression? Ein integrativer Ansatz. Rowohlt Taschenbuchverlag GmbH, Reinbeck bei Hamburg, 5. Auflage der 2006 überarbeiteten 11. Auflage, 2011

Hell D, Depression – was stimmt? Die wichtigsten Antworten. Herder Freiburg, 4. Auflage 2010

Hell D, Seelenhunger – Vom Sinn der Gefühle. Überarbeitete Taschenbuchausgabe des Buches „Seelenhunger – der fühlende Mensch und die Wissenschaft vom Leben“. Herder Spektrum, Freiburg, 2. Auflage 2009

Hell D, Die Sprache der Seele verstehen – Die Wüstenväter als Therapeuten. Herder-Verlag Freiburg i.B., 8. Auflage 2009 (Sonderausgabe 2007)

Hell D, Leben als Geschenk und Antwort. Weisheiten der Wüstenväter. Herder-Verlag Freiburg i.B., 2005 (vergriffen)

Hell D, Die Wiederkehr der Seele – Wir sind mehr als Gehirn und Geist. Verlag Herder, 2. Auflage 2010

Hell D, Endrass J, Vontobel J, Schnyder U: Kurzes Lehrbuch der Psychiatrie, Hans Huber Verlag Bern, 3. Auflage 2011

Hell D, Schüpbach D: Schizophrenien. Verständnisgrundlagen, Orientierungshilfen für Patienten und Angehörige. Springer, Berlin Heidelberg New York Hongkong London Mailand Paris Tokio, 4. Auflage 2008

Böker H, Hell D (Hg) Therapie der affektiven Störungen. Psychosoziale und neurobiologische Perspektiven. Schattauer, Stuttgart New York, 2002

Hell D: Depression als Störung des Gleichgewichts. Wie eine personbezogene Depressionstherapie gelingen kann. Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart, 2011.

Kessler H., Hell D.: Wege aus der Depression. Beobachter-Buchverlag, 3. Auflage 2011

Hell D: Krankheit als seelische Herausforderung. Schwabe reflexe 27, 2013