

V&R unipress



Margarete Eisner

# Über Schüchternheit

Tiefenpsychologische und  
anthropologische Aspekte

Mit 14 Abbildungen

V&R unipress

© V&R unipress GmbH, Göttingen



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.

ISBN 978-3-89971-882-9

ISBN 978-3-86234-882-4 (E-Book)

© 2012, V&R unipress in Göttingen / [www.vr-unipress.de](http://www.vr-unipress.de)

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Printed in Germany.

Titelbild: Pablo Picasso: Weißer Faun, Doppelflöte spielend (Faune blanc jouant de la diaule), 10 – 1946, Musée Picasso, Antibes, © Succession Picasso / VG Bild-Kunst, Bonn 2011

Druck und Bindung: CPI Buch Bücher.de GmbH, Birkach

Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier.

© V&R unipress GmbH, Göttingen

---

# Inhalt

1	Einleitung . . . . .	9
	Allgemeines zum Phänomen Schüchternheit . . . . .	10
	Zum methodischen Vorgehen . . . . .	13
2	Schüchternheit im Spiegel einiger Schriftsteller und Dichter – kurze Notate . . . . .	15
	2.1 Schriftsteller über sich selbst (Kant, Gandhi, Russell, Neruda, Williams) . . . . .	15
	2.2 Einzelne literarische Werke . . . . .	19
	2.2.1 Adolphe (Constant) . . . . .	19
	2.2.2 Oblomow (Gontscharow) . . . . .	21
	2.2.3 Kindheit, Knabenalter, Jünglingsjahre (Tolstoj) . . . . .	22
	2.2.4 Wie ein Stein im Geröll (Barbal) . . . . .	25
	2.2.5 Ich wohne in der Möglichkeit (Dickinson) . . . . .	26
3	Darstellung des Phänomens Schüchternheit anhand von persönlichen Erfahrungsberichten . . . . .	29
	3.1 »Fragebogen zum Thema Schüchternheit« . . . . .	29
	3.2 Persönliche Erfahrungsberichte zum Thema Schüchternheit . . . . .	31
	3.3 Zusammenfassende Betrachtung . . . . .	49
4	Schüchternheit in der Tiefenpsychologie . . . . .	53
	4.1 Schüchternheit in der Psychoanalyse Freuds . . . . .	53
	4.1.1 Sigmund Freud . . . . .	53
	4.1.1.1 Über Deckerinnerungen . . . . .	55
	4.1.2 Schüchternheit und Hemmung . . . . .	56
	4.1.3 Schüchternheit und (Kastrations-)Angst . . . . .	57
	4.1.4 Schüchternheit und Verdrängung/Leibferne . . . . .	59
	4.1.5 Schüchternheit und Tabu . . . . .	62
	4.1.5.1 Ethnologische Aspekte . . . . .	62

4.1.5.2 Das (Tabu-)Gewissen . . . . .	63
4.1.6 Schüchternheit und Narzissmus . . . . .	66
4.1.7 Schüchternheit und Phantasietätigkeit . . . . .	69
4.2 Schüchternheit in der Individualpsychologie Alfred Adlers . . . . .	71
4.2.1 Alfred Adler . . . . .	72
4.2.2 Schüchternheit als Charakterzug . . . . .	72
4.2.2.1 Der Charakterbegriff aus individualpsychologischer Sicht . . . . .	73
4.2.2.2 Das verstärkte Minderwertigkeitsgefühl als Voraussetzung von Schüchternheit . . . . .	75
4.2.2.3 Die zögernde Attitüde des Schüchternen als Kompensationsphänomen . . . . .	78
4.2.2.4 Die verborgene Kraft – Trotz und Gehorsam . . . . .	79
4.2.2.5 Kindheit und Erziehung . . . . .	81
4.2.3 Zwei individualpsychologische Exkurse zur Schüchternheit . . . . .	84
4.2.3.1 Erwin Wexberg . . . . .	84
4.2.3.1.1 Eine Fallvignette . . . . .	84
4.2.3.1.2 Das schüchterne Kind . . . . .	86
4.2.3.2 Oliver Brachfeld: Schüchternheit als esprit d’escalier . . . . .	86
4.3 Schüchternheit in der Neopsychoanalyse Schultz-Henckes . . . . .	87
4.3.1 Harald Schultz-Hencke . . . . .	88
4.3.2 Schüchternheit als Hemmungsgeschehen . . . . .	89
4.3.2.1 Das Antriebskonzept nach Schultz-Hencke . . . . .	90
4.3.2.2 Entwicklungsphasen nach Schultz-Hencke . . . . .	90
4.3.2.3 Folgeerscheinungen der Gehemmtheit . . . . .	92
4.3.2.4 Das stille Kind . . . . .	93
4.3.3 Der Begriff der Intentionalität . . . . .	94
4.3.3.1 Das intentionale Antriebserleben . . . . .	95
4.3.3.2 Die intentionale Gehemmtheit – Basis des menschlichen Nähe-Distanz-Konflikts . . . . .	95
4.3.4 Die Gleichzeitigkeitskorrelation – Neopsychoanalytische Psychosomatik . . . . .	97
4.3.5 Exkurs: Der Annäherungs-Vermeidungs-Konflikt (Asendorpf) in der Schüchternheit . . . . .	98
4.4 Schüchternheit im Personalismuskonzept Rattners . . . . .	99
4.4.1 Zur Theorie der Person . . . . .	99
4.4.2 Schüchternheit und Personwerdung . . . . .	101
4.4.2.1 Schüchternheit als Syndrom – einige phänomenologisch-tiefenpsychologische Aspekte . . . . .	103
4.4.2.2 Schüchternheit in personalistischer Sicht . . . . .	106

---

4.4.2.2.1 Schüchternheit und Dialogfähigkeit . . . . .	106
4.4.2.2.2 Schüchternheit und Zeitlichkeit . . . . .	108
4.4.2.2.3 Schüchternheit und Situationstauglichkeit . .	109
4.4.2.2.4 Schüchternheit und Fühlen . . . . .	110
4.4.2.2.5 Schüchternheit und Werden . . . . .	111
4.5 Zusammenfassung der tiefenpsychologischen Gesichtspunkte . . .	112
5 Anthropologisch-philosophische Aspekte zur Schüchternheit . . . . .	115
5.1 Schüchternheit als erhöhte »Aufmerksamkeit auf sich selbst« (Darwin) . . . . .	115
5.1.1 Charles Darwin . . . . .	116
5.1.2 Schüchternheit und Erröten . . . . .	117
5.2 Schüchternheit als Überwiegen der exzentrischen Positionalität (Plessner) . . . . .	120
5.2.1 Zum Begriff der exzentrischen Positionalität . . . . .	121
5.2.2 Schüchternheit und exzentrische Positionalität . . . . .	123
5.3 Die Scham als Anthropinon (Straus) . . . . .	125
5.3.1 Die Scham als historiologisches Problem . . . . .	126
5.3.2 Behütende Scham und Schüchternheit . . . . .	128
5.4 Schüchternheit oder der Blick des Anderen – zu Sartres Theorie des Blicks . . . . .	129
5.5 Zusammenfassung der anthropologischen Überlegungen . . . . .	131
6 Von der hemmenden zur förderlichen Schüchternheit . . . . .	135
Literaturverzeichnis . . . . .	141
Bildnachweis . . . . .	147
Personenverzeichnis . . . . .	149
Dank . . . . .	151





---

# 1 Einleitung

Man könnte nicht immer sagen,  
was es ist, das einen einschließt,  
mit einer Mauer umgibt und einen  
zu begraben scheint, aber man fühlt  
doch irgendeinen Riegel, ein Gitter, Mauern.

Van Gogh<sup>1</sup>

Schüchternheit hat viele Gesichter. Sie kann sich als scheues, zurückhaltendes oder stilles Verhalten zeigen. Sie kann dabei von Außenstehenden als angenehm empfunden werden, als »vornehme« Zurückhaltung oder als höfliche Bescheidenheit. Sie kann sich aber ebenso hinter lautem und draufgängerischem Auftreten verbergen. Ferner können Menschen in herausgehobenen gesellschaftlichen oder künstlerischen Positionen, so auch Schauspieler und Sänger, im privaten Umgang sehr schüchtern sein.

Für Bob Dylan war die Bühne »der einzig geschützte Raum«,<sup>2</sup> nur dort fühlte er sich ganz bei sich und in Sicherheit, beispielsweise vor Fragen nach seinem persönlichen Leben. Viele bekannte Menschen waren schüchtern. Der Philosoph Friedrich Nietzsche war Frauen gegenüber so schüchtern, dass er nicht wagte, einen Arm um die begehrte Lou Andreas-Salomé zu legen. Über den österreichischen Bühnenautor und Schauspieler Nestroy erzählt man, dass er zu schüchtern gewesen sei, im Kaffeehaus nach dem Ober zu rufen, und für seine Aufgaben als Theaterdirektor eigens zwei Schauspieler zum Nein-Sagen engagiert habe. Der im Schreiben unerschrockene russische Dichter Nabokov hatte eine »Spontaninterviewphobie«, und der menschenscheue Maler Pierre Bonnard war sogar seinem Tagebuch gegenüber so verschwiegen, dass er nur Ein-Wort-Einträge machte, und diese noch als Wetterberichte getarnt: Bedeckt, regnerisch, sonnig ...

Der Text beginnt mit einer Spurensuche nach Schüchternheit im Leben und Werk von Schriftstellern, Dichtern und anderen bedeutenden Menschen, da diese oft in besonderem Maße über die Gabe verfügen, von ihrem Inneren und ihren Lebenskonflikten zu erzählen. Sie alle verkörpern mit ihrem Wirken Wege der Bewältigung von Schüchternheit. Mehrere Erlebnisberichte jüngerer und

---

1 Van Gogh: Van Gogh in seinen Briefen (Hg. P. Nizon), Frankfurt am Main 1977, S. 23

2 Shepard in Heidkamp, K.: Irrfahrt der Gaukler. Der Schriftsteller, Regisseur und Schauspieler Sam Shepard begleitet Bob Dylan und zeigt, warum der nur auf der Bühne lebt, Die Zeit Nr. 10, 2. 3. 2006, S. 60.

älterer Menschen schließen sich an. Tiefenpsychologische und anthropologisch-philosophische Überlegungen zur Schüchternheit erhellen deren Doppelgesicht.

Einerseits steht Schüchternheit für persönliche Unvollkommenheit und Hemmung im Lebensvollzug, zum anderen kann Schüchternheit ein wichtiger Ansporn zur Persönlichkeitsentwicklung und zur Realisierung des eigenen Werterlebens in Wort und Tat sein, wie aus den geschilderten Beispielen ersichtlich wird, und dies trotz unterschiedlichster Erscheinungen wie etwa Erröten, Sprechhemmung oder übertriebener Zurückhaltung. Darüber hinaus wird die Frage aufgeworfen, ob Schüchternheit angesichts der unendlich großen sozialen und kulturellen Werte-Welt nicht eine dem Menschen angemessene oder wünschenswerte Haltung sei und in gewisser Weise sogar eine Tugend.

## Allgemeines zum Phänomen Schüchternheit

Der Begriff Schüchternheit lässt sich wie andere Begriffe aus der alltäglichen Menschenkenntnis – beispielsweise Verschlossenheit, Verzweiflung, Sehnsucht, Lebendigkeit oder Klugheit – wissenschaftlich schwer einordnen. 1998 schreiben zwei französische Psychiater, Schüchternheit scheine »jedem Versuch einer Kategorisierung zu widerstehen. ... (es) bestünden genau so viele Definitionen der Schüchternheit wie es schüchterne Menschen gibt, jeder Versuch einer Erklärung würde unvermeidlich reduktionistisch sein.«<sup>3</sup> Auch nach Zimbardo, dem bekannten amerikanischen Sozialpsychologen und Forscher zur Schüchternheit aus den 1970er Jahren, ist Schüchternheit ein schillernder und komplexer Begriff und bedeute für jeden Menschen etwas anderes. Zimbardo schreibt: »Letztlich ist einer schüchtern, wenn er *glaubt*, es zu sein ...«<sup>4</sup>

Befragungen haben ergeben, dass Schüchternheit weltweit und bei Männern und Frauen gleich häufig vorkommt. Ein Mensch, der Schüchternheit nie kennen gelernt habe, sei »der seltene, ungewöhnliche Fall«.<sup>5</sup>

Derzeit scheint die Wahrnehmung des Phänomens Schüchternheit zuzunehmen. Auf dem Buchmarkt erschienen allein in den letzten zehn Jahren mindestens fünfzehn Bücher, die das Wort Schüchternheit im Titel enthalten. Dies könnte mit der Ausbreitung des Computer- und Internetmediums zu-

3 Lepine, J.-P., Simon, V.: Überlegungen zum Begriff der Schüchternheit (1998), in: Katschnig, H. (Hg.): Wenn Schüchternheit zur Krankheit wird ... : über Formen, Entstehung und Behandlung der Sozialphobie, 47–53, Wien, S. 52 f.

4 Zimbardo, P.: Nicht so schüchtern: so helfen Sie sich selbst aus Ihrer Verlegenheit (1977), Landsberg am Lech 1983, S. 34 (Hervorhebung im Original)

5 Zimbardo, P., Gerrig, R.: Psychologie (2002), München 2004, S. 612

sammenhängen<sup>6</sup> oder mit einer differenzierteren Beschreibung von sozialer Gehemmtheit.<sup>7</sup>

Der Schwerpunkt vieler aktueller Arbeiten über Schüchternheit liegt im lerntheoretisch-kognitiv-verhaltenstherapeutischen Bereich. Manche Autoren, z. B. Fehm/Wittchen (2004), unterscheiden zwischen der alltäglichen Schüchternheit als noch zu tolerierender sozialer Angst und der eher krankheitswertigen, das Leben stark einschränkenden Schüchternheit als sozialer Phobie. Schüchternheit wird auch teils gesondert in eine frühe, genetisch präformierte Form von Schüchternheit und in eine erst später auftretende, sich eher auf bestimmte Situationen beschränkende Schüchternheit. Asendorpf (1989) spricht in diesem Zusammenhang von der dispositionalen und von der situativen Schüchternheit. In der ersteren sei Schüchternheit ein überdauerndes Persönlichkeitsmerkmal, in der situativen ein vorübergehender Zustand.

Das Wort »schüchtern« selbst ist wahrscheinlich verwandt mit »scheu« und taucht erstmals im 16. Jahrhundert auf. Ursprünglich wurde es auf Tiere bezogen, erst dann auf den Menschen übertragen im Sinne von Furchtsamkeit, »zaghafte Unsicherheit, blöde Befangenheit, Furcht vor Misserfolg, Missachtung, Missdeutung«.<sup>8</sup> Bis ins 19. Jahrhundert hinein bezeichnete man schüchterne Menschen auch als »blöde«.<sup>9</sup> Von der Sprache her gibt es unzählige Ausdrücke für das Phänomen Schüchternheit, was auf seine Vielgestaltigkeit hinweisen könnte. Sinnverwandt werden beispielsweise Begriffe wie scheu, nicht zutraulich, befangen, zurückhaltend, ängstlich, unsicher, gehemmt, gezwungen, verschämt oder schamhaft verwendet.

Nach Zimbardo bedeutet Schüchternheit, vor Menschen Angst zu haben. Diese Angst sei oft nicht direkt sichtbar. Ihre Stärke reiche von einem gelegentlichen Gefühl des Unbehagens in Gegenwart anderer bis hin zu starken krankheitswertigen Beklemmungszuständen.<sup>10</sup> Sie trete bei einem schüchternen Menschen insbesondere vor Menschen auf, die eine emotionale Bedrohung darstellen können wie Fremde, Autoritäten oder Vertreter des anderen Geschlechts. Auf der körperlichen Ebene kann sich Schüchternheit beispielsweise zeigen im Erröten, Zittern, in starkem Herzklopfen, Schwitzen oder trockenem Mund.

---

6 vgl. Butler 1999, Zimbardo 2002, Bandelow 2007

7 Katschnig, H.: Die verborgene Krankheit – Ergebnisse epidemiologischer Studien zur Sozialphobie (1998), in: Katschnig, H. (Hg.): Wenn Schüchternheit zur Krankheit wird ... 21 – 26, Wien, S. 22

8 s. Deutsches Wörterbuch von Jacob und Wilhelm Grimm, Bd. 15, München 1984, S. 1826

9 s. Wikipedia: Schüchternheit. <http://de.wikipedia.org/wiki/Sch%C3%BCchternheit>. Gesehen 22.4.2008; s. a. Etymologisches Wörterbuch des Deutschen (1993), München 2005, S. 150

10 s. Zimbardo, P.: Nicht so schüchtern (1977), Landsberg am Lech 1983, S. 32 f.

Die alltägliche, fast allen Menschen – wenn auch in unterschiedlichem Ausmaß – bekannte Schüchternheit könnte man als kleine Angstkrankheit oder »allgemeine Lebensunsicherheit«<sup>11</sup> bezeichnen. Man könnte sie auch wie die Sehnsucht »ein Leiden ohne Neurose«<sup>12</sup> nennen. Zimbardo zufolge kann diese Schüchternheit beispielsweise so aussehen:

Es gibt schüchterne Menschen, die sowohl den Wunsch als auch die Kenntnisse haben, etwas Bestimmtes zu tun, und die trotzdem nicht zur Tat schreiten ... Sie gehen auf eine Tanzveranstaltung, sie kennen die Tanzschritte, und doch hält sie irgend etwas in ihrem Innern davon ab, jemanden zum Tanzen aufzufordern oder eine Aufforderung anzunehmen. ... Da gibt es Schüler, die die Antwort wissen und die auf den Lehrer einen guten Eindruck machen wollen, aber irgend etwas sorgt dafür, dass sie trotzdem stumm bleiben. Sie werden am Handeln gehindert, weil der Wärter in ihrem Innern ihnen eingibt: »Du machst dich lächerlich; man wird dich auslachen; dies ist nicht der richtige Ort dafür; ich werde dir nicht die Freiheit lassen, spontan zu handeln; lass deine Hand unten, melde dich nicht freiwillig, tanze nicht, singe nicht, mach dich nicht bemerkbar; in Sicherheit bist du nur, wenn man dich nicht sieht und nicht hört.« Und der Gefangene in ihm beschließt, sich nicht auf die gefährliche Freiheit eines spontanen Lebens einzulassen; er fügt sich brav.<sup>13</sup>

Es ist nicht Anliegen dieser Arbeit, entlang einer Entwicklungspsychologie Überlegungen zu phasentypischen Ausprägungen von Schüchternheit anzustellen. Das Gemeinsame aller Formen von Schüchternheit ist eine ursprüngliche Beziehungsangst, die in den Primärbeziehungen entstanden ist. Auf individuell unterschiedliche Weise bleibt Furchtsamkeit, die zum Verbergen von gewissen Persönlichkeitsanteilen führt und daran hindert, spontan dem eigenen Wesen Ausdruck zu verleihen. Manche Autoren wie z. B. Schuster (2005) vertreten die Ansicht, dass Schüchternheit in Kindheit und Jugend insgesamt gehäuft und hier insbesondere in Schwellensituationen vermehrt auftreten kann. Nach Buytendijk, dem holländischen Zoologen und Anthropologen, gibt es eine Phase normaler kindlicher Schüchternheit, ein spielerisches Hin und Zurück in der Bewegung des Kindes und in der Raumerkundung und eine damit verbundene »konkordierende ambivalente Einstellung«.<sup>14</sup> Zimbardo überlegt, ob den Erwachsenen Schüchternheit bei Kindern und Jugendlichen vielleicht mehr auffalle, weil diese unter schärferer Beobachtung stehen.<sup>15</sup> Der Individualpsychologe Alfred Adler jedoch warnt schon 1904 eindringlich vor sich verfesti-

11 vgl. Rattner, J.: Psychotherapie als Menschlichkeit (1972), Frankfurt am Main 1981, S. 22

12 vgl. Rattner, J., Danzer, G.: Philosophie für den Alltag (2004), Darmstadt, S. 120

13 Zimbardo, P.: Nicht so schüchtern (1977), Landsberg am Lech 1983, S. 16

14 Buytendijk, F. J. J.: Wesen und Sinn des Spiels. Das Spielen des Menschen und der Tiere als Erscheinungsform der Lebenstrieb (1933), Berlin, S. 36

15 s. Zimbardo, P.: Nicht so schüchtern (1977), Landsberg am Lech 1983, S. 30

gender kindlicher Schüchternheit und sieht darin eine ernste Gefahr für die gesamte weitere Entwicklung des Menschen.

Die wichtigen Fragen der Prävention und – möglicherweise – Therapie von Schüchternheit werden nicht eigens in dieser Arbeit thematisiert. Nach wie vor wegweisend sind jedoch Alfred Adlers Gedanken zur Erziehung und Selbsterziehung, beispielsweise schon in seinem vor über einhundert Jahren geschriebenen Aufsatz *Der Arzt als Erzieher* (1904). Weitere Aspekte bezüglich des Umgangs mit Schüchternheit werden im Rahmen des Personkonzepts Rattners und im Schlusskapitel der Darstellung thematisiert.

Das Thema Schüchternheit wirft eine Fülle von Fragen auf, biologische und medizinische, sozialpsychologische und politische, geschlechtsspezifische und kulturelle, psychologische und ethische. Der Schwerpunkt dieser Darstellung wurde auf die psychologische, vornehmlich tiefenpsychologische, und auf die anthropologisch-philosophische Perspektive gelegt.

## Zum methodischen Vorgehen

Als methodischer Zugang zum Thema Schüchternheit wurde ein phänomenologisches und hermeneutisches Erfassen, Beschreiben und Einordnen des zusammengetragenen Materials gewählt, angelehnt an die geisteswissenschaftliche Methode Wilhelm Diltheys (1833–1911). Dilthey suchte im Zuge seiner Forschungen nach einer wissenschaftlichen Psychologie, die der alltäglichen Menschenkenntnis und dem Menschen im wirklichen Leben nahe sei und dabei so tief greifend wie die Intuition vieler Dichter, denn:

In den Werken der Dichter, in den Reflexionen über das Leben, wie große Schriftsteller ... sie ausgesprochen haben, ist ein Verständnis des Menschen in seiner ganzen Wirklichkeit enthalten ... Wir finden uns durch einzelne Reflexionen bis ins innerste Herz getroffen. Die Tiefe des Lebens selbst scheint sich in ihnen aufzuschließen.<sup>16</sup>

Im Mittelpunkt von Diltheys philosophischem System stehen der Begriff des Lebens und seine Gedanken von der »Struktur des Lebens«.<sup>17</sup> In der Schrift *Ideen über eine beschreibende und zergliedernde Psychologie* (1894) führte Dilthey eine umfassende Besinnung über den Menschen, seine Kultur und Stellung im

---

16 Dilthey, W.: *Ideen über eine beschreibende und zergliedernde Psychologie* (1894), in: *Die geistige Welt. Einleitung in die Philosophie des Lebens*, 139–240, Leipzig und Berlin 1924, S. 152 f.

17 Meine Darstellung folgt: Rattner, J., Danzer, G.: *Diltheys Begründung einer geisteswissenschaftlichen Psychologie* (2009), in: *Hermeneutik und Psychoanalyse. Das Verstehen als Lebensaufgabe, Wissenschaftsmethode und Fundamentalethos*, 39–48, Würzburg. Kursivschreibweise wie im Original.

Naturganzen durch. Seine »verstehende« Psychologie baut auf einem besonderen Erkenntniszugang zur Wirklichkeit des Menschen auf, der seine Differenz zur naturwissenschaftlich orientierten, »erklärenden« Psychologie aufzeigt. Er betont beispielsweise, dass im Seelischen jedes Einzelne die Merkmale des Ganzen aufweise und als *Strukturzusammenhang* vorliege. Darüber hinaus sei Seelisches immer in *Entwicklung* und werde in der Zeit durch Ziele, Zwecke und Wertvorstellungen vorangetrieben. Dabei sei von einer schöpferischen Tendenz im Seelenleben auszugehen. Ferner sei Psychisches *sinnsuchend* und *sinnverwirklichend*. Es objektiviere sich in Taten, Leistungen und Werken. Nach Dilthey liegt im Seelenleben immer eine *Tendenz zur Steigerung des Selbst*, nach Erfüllung mit Gefühls- und Gedankeninhalten, nach Entfaltung der Kräfte und Fähigkeiten. Leben heiße immer auch *Wille* und *Handlung*. Einen Menschen verstehe man am besten, wenn man sich in die Ziele, Zwecke und Mittel, mit denen er sein Dasein formt, seine Akte des Vorziehens und Hintansetzens einfühle. Ein Mensch werde aus seinen *Wertvorstellungen* und *Zielsetzungen* heraus verständlich. Dabei entfalte sich Leben nicht deterministisch oder kausal, wohl aber teleologisch:

Wir können das, was im seelischen Verlauf einem erreichten Zustande demnächst folgen wird, nicht voraussagen. Nur nachträglich können wir die Gründe dessen, was geschehen ist, aufzeigen. Wir können von Motiven aus nicht die Handlungen voraussagen. ... Wir wissen nicht, was wir in den künftigen Tag hineingeben werden.<sup>18</sup>

Einen wichtigen Maßstab zum Verstehen einer Persönlichkeit sieht Dilthey ferner in ihrer Stellungnahme zu überpersönlichen kulturellen Themen.

Das *Phänomen* Schüchternheit soll auf unterschiedliche Weise verdeutlicht werden: Über kurze Beispiele aus der Literatur, aus Autobiographien und Lebensbeschreibungen berühmter Schüchterner sowie über Darstellungen aus dem unmittelbar-alltäglichen Erleben anhand von Erfahrungsberichten von zu ihrer Schüchternheit befragter Menschen (auf der Grundlage eines halbstrukturierten Interviews).

Als tiefenpsychologischer Zugang wurden die psychoanalytische/neopsychanalytische und die individualpsychologische/neoindividualpsychologische Sicht gewählt.

Da Schüchternheit ein speziell menschliches Phänomen zu sein scheint, wurde die anthropologisch-philosophische Perspektive hinzugezogen.

---

18 Dilthey, W.: Ideen über eine beschreibende und zergliedernde Psychologie (1894), in: Die geistige Welt. Einleitung in die Philosophie des Lebens, 139–240, Leipzig und Berlin 1924, S. 224

---

## 2 Schüchternheit im Spiegel einiger Schriftsteller und Dichter – kurze Notate

Schriftsteller und Dichter haben häufig eine erhöhte Fähigkeit, ihr persönliches Empfinden und Wahrnehmen so auszudrücken und aufrichtig mitzuteilen, dass sich viele Menschen darin wiedererkennen können. Schüchternheit scheint unter ihnen ein verbreitetes Phänomen zu sein, was sich sowohl in ihren Biographien wie in ihren Werken zeigt. Dazu sollen im Folgenden skizzenartig Beispiele und Auszüge aus einigen Schriften gegeben werden.

### 2.1 Schriftsteller über sich selbst (Kant, Gandhi, Russell, Neruda, Williams)

Der Philosoph Immanuel Kant (1724 – 1804) schreibt über sich:

Eine lächerliche und rührende Erinnerung: der erste Salon, den man mit achtzehn Jahren allein und ohne Beistand betreten hat! Der Blick einer Frau genügte, um mich einzuschüchtern. Je mehr ich gefallen wollte, desto linkischer wurde ich. Ich machte mir von allem die falschesten Vorstellungen; entweder war ich grundlos vertrauensselig oder ich betrachtete einen Mann als Feind, weil er mich ernst angeblickt hatte. Doch in all dem schrecklichen Unglück meiner Schüchternheit: wie schön war ein schöner Tag!<sup>19</sup>

In den Lebenserinnerungen von Mahatma Gandhi (1869 – 1948) heißt es unter dem Titel *Schüchternheit mein Schutzschild* über seine Studentenzeit in England:

Ich war in den Exekutivausschuss der Vegetarischen Gesellschaft gewählt und ließ es mir angelegen sein, an jeder seiner Sitzungen teilzunehmen, fühlte aber stets meine Zunge wie gelähmt. Dr. Oldfield sagte mir einmal: »Es ist recht gut, was Sie mir sagen, aber warum tun Sie auf einer Ausschusssitzung nie den Mund auf? Sie sind eine Drohne.« ... Nicht, dass ich mich nie zum Reden versucht fühlte. Doch ich war in

---

19 Kant, zit. n. Stendhal: Rot und Schwarz. Chronik aus dem 19. Jahrhundert (1830), München/Wien 2004, S. 319