

## Natürlich normal: Schmerz, Normalität und Argumente aus der Steinzeit

Degele, Nina

Veröffentlichungsversion / Published Version

Sammelwerksbeitrag / collection article

### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Degele, N. (2008). Natürlich normal: Schmerz, Normalität und Argumente aus der Steinzeit. In K.-S. Rehberg (Hrsg.), *Die Natur der Gesellschaft: Verhandlungen des 33. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in Kassel 2006. Teilbd. 1 u. 2* (S. 3149-3155). Frankfurt am Main: Campus Verl. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-151300>

### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer Deposit-Lizenz (Keine Weiterverbreitung - keine Bearbeitung) zur Verfügung gestellt. Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

### Terms of use:

This document is made available under Deposit Licence (No Redistribution - no modifications). We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document. This document is solely intended for your personal, non-commercial use. All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

# Natürlich normal. Schmerz, Normalität und Argumente aus der Steinzeit

*Nina Degele*

Die Natur muss für vieles herhalten. Zum Beispiel dafür, dass schon in der Steinzeit muffelige und draufgängerische Jägermänner ihre Familie mit Mammuts versorgt haben sollen, während ihre beziehungsfixierten Frauen in den Höhlen unablässig Probleme wälzten. Erst Archäologinnen wie etwa Linda Owen (1996) haben in den letzten Jahren und Jahrzehnten herausgefunden, dass männliche Kollegen dabei ihre Vorstellungen einer natürlichen Ordnung von Geschlechtern auf die Steinzeit rückprojizierten. Das ist erstaunlich populär. Das naturwissenschaftlich unbeleckte Kommunikationstrainerpaar Barbara und Allen Pease (2005) etwa ist mit solchen Ausflügen in die Evolution berühmt geworden. *Warum Frauen nicht einparken und Männer nicht zuhören können* ist nicht nur ein Bestseller, sondern auch ein gutes Beispiel für Pseudowissenschaft, auf die sich das Allgemeinwissen gierig stürzt. Das ist nicht ungefährlich. Denn solche Naturalisierungen (etwas wird als »natürlich« ausgegeben, ist tatsächlich aber etwas sozial Gemachtes) passen gut in eine gesellschaftliche Landschaft zunehmender Verunsicherung, geforderter Flexibilität und Leistungsbereitschaft, die sich wenigstens noch auf einige Gewissheiten verlassen will. Der »natürliche Unterschied« zwischen Männern und Frauen kommt da gerade recht. Wird er oft genug wiederholt, ist er irgendwann tatsächlich nicht nur natürlich, sondern normal, und das heißt: es ist auch gut so, wie es ist. Was vom Normalitätsraster abweicht, ist verwerflich, unpassend, muss passend gemacht werden. Wie dies im Detail geschieht, will ich am Beispiel von Alltagswissen über Schmerz vorführen – indem ich Individuelles als Gesellschaftliches behaupte, drei Formen von Naturalisierungen unterscheide und nach deren Funktionen frage.

Hintergrund dafür ist ein soziologisch-psychologisch-gendertheoretisches Teilprojekt im Rahmen eines interdisziplinären Forschungsvorhabens zur »intersubjektiven Konstruktion und sprachlichen Codierung von Schmerz« an der Universität Freiburg (vgl. Degele 2006, 2007). Dort haben bislang 21 Gruppen mit insgesamt 148 Personen unterschiedlichen Geschlechts jeweils zwischen einer und drei Stunden lang darüber diskutiert, was Schmerz für sie bedeutet; einige Einzelinterviews ergänzen die Gruppengespräche. Die Gruppen stammen aus verschiedenen Zusammenhängen wie Selbsthilfegruppen von meist chronisch Kranken, mit Schmerz befasste Professionelle aus dem medizinischen Kontext, Mütter nach der Geburts-

erfahrung, Hebammen, eine Bluesband, transsexuelle Männer, SM-Praktizierende sowie drei Sportgruppen. Vor allem auf die Aussagen letzterer will ich mich im Folgenden konzentrieren, es handelt sich dabei um eine schlagende Verbindung, eine Kampfsport- und eine Triathlongruppe.

Schmerz ist nichts Individuelles, Vorsprachliches oder Natürliches, sondern ein sozial geformtes Phänomen. Das haben schon Studien aus den 1950er Jahren gezeigt (Azoulay 2000: 7–17; Le Breton 2003: 121–183). Um ihre Ergebnisse auf den Punkt zu bringen: Je nördlicher, moderner, westlicher, technisch hochentwickelter und selbstbestimmter die Menschen, desto deutlicher wird der Anspruch auf Schmerzausschaltung. Schreien gilt als peinlicher Kontrollverlust, und genau das empfanden einige Mütter in einer Diskussion nach der Geburt ihrer Kinder. Sie übten sich in Techniken des »Veratmens« und »Tönens«, um Schreie zu vermeiden. Und als eine Frau in Wehen von ihrem Partner ins Krankenhaus gefahren wurde, brüllte sie im Treppenhaus »Tor!« – zu dieser Zeit spielte gerade die deutsche Fußballnationalmannschaft in der Europameisterschaft. Für eine Gruppe von TriathletInnen ist das, was sie nach zehn Stunden Schwimmen, Radfahren und Laufen empfinden, Ermüdung oder auch Quälerei, aber kein Schmerz: »Hab ich nicht. Das hat niemand von uns. Du hast bestenfalls schwere Beine. Aber du hast keinen Schmerz.« Auch das ist eine Möglichkeit, sozial festzuzurren, was normal ist und was nicht. Bei den Gruppen von SM-Praktizierenden schließlich gelten Zahnarzt, Blutabnahme und das Ausrutschen aufs Eis als unangenehm. Dagegen können sie einen mit blauen Flecken übersäten Rücken, wenn er von einer SM-Session her rührt, durchaus als schön und angenehm empfinden. In allen diesen Beispielen ist Schmerz kein isoliertes individuelles Phänomen. Er wird vielmehr in einem sozialen Kontext erfahren, bewältigt und auch inszeniert. Dabei spielen Vorstellungen von Normalität eine wichtige Rolle, und genau an dieser Stelle kommen Naturalisierungen ins Spiel.

Besonders beliebt ist dabei erstens der Rekurs auf die Steinzeit. Dazu eine Passage aus der Diskussion der Triathlongruppe:

»A: Aber wenn wir uns jetzt überlegen, was wir bei der Langdistanz machen und wenn du in der Natur zurück gehst. Der Mensch war nicht dafür geschaffen, was weiß ich, sich 12 Stunden oder nach 12 Stunden solchen Belastungen auszusetzen.

B: Doch!

C: (...) aber der Mensch ist das ausdauerndste Wesen überhaupt!

D: Und wenn der Steinzeitmensch 12 Stunden dem Mammut hinterher gerannt ist?

A: Der ist aber nicht hinterher gerannt. Der hat das anders gemacht. Der ist gerannt und gegangen, gerannt und gegangen. Da wars bei ihm bei 30, 40 Kilometer war Schluss. Und nicht das, was wir machen. Der hat das nicht, der ist nicht 12 Stunden lang gerannt. (Lachen Andere) Das hat er nicht gemacht, wie wir. 100-prozentig nicht. Der hat einen viel kleineren Radius gehabt.

E: Zumindest die Frauen nicht (...). (Lachen)«

Für C etwa ist ganz klar: »Der Mensch ist das ausdauerndste Wesen überhaupt!« Klar, er ist schließlich stundenlang dem Mammut hinterhergerannt, und Männer konnten das natürlicherweise besser. Damit werden »natürliche« Tatbestände geschaffen, unhinterfragbar – schließlich haben sie sich ja auch bewährt. So sind Männer heute noch in der überwiegenden Mehrzahl draußen im Beruf, während die Kinderaufzucht Frauensache geblieben ist. Das ist auch praktisch: die Gegenwart mit der Vergangenheit und die Vergangenheit mit der Gegenwart zu begründen. Ein Zirkelschluss. Aber eben wirksam.

Ein zweites, häufig gebrauchtes Argument lautet: »Die Natur hat etwas so eingerichtet.« Die Müttergruppe greift etwa darauf zurück, wenn es um die Erinnerung an den Geburtsschmerz geht (»dass hat irgendwie die Natur so 'n bisschen eingerichtet, dass das in den Hintergrund rückt«), und eine Hebamme aus einer Gruppe diskutierender Geburtshelferinnen bemüht dieses Argument zur Begründung auffallend »braver Kinder«. Diese hätten oft junge und unbedarfte Mütter, von denen sie vernachlässigt würden: »Die wirklich nie schreien, und nur schreien, wenn sie wirklich mal Hunger haben, und denen die Haut vor lauter Wundsein schon in lauter Fetzen vom Hintern abhängt. Ansonsten schreien die ja nicht. Weil sie genau wissen, wenn die jetzt auch noch Stress machen würden, dann würde sie (...) Das ist 'n Selbstschutz. Die würde 'n Kissen drauf drücken oder so. Oder weg gehen, die Tür zu machen, die allein lassen oder (...)«

Am weitesten verbreitet als Naturalisierungsstrategie ist bei den Gruppen allerdings drittens der Rekurs auf Endorphin (zusammengesetzt aus »Endogen« und Morphine), einem vom Körper selbst produziertes Opioid, das vor allem in der Variante des  $\beta$ -Endorphins in Hinblick auf die Schmerzunterdrückung am wirksamsten zu sein scheint. Dabei handelt es sich um ein spezifisch endogenes Antischmerzsystem, das etwa Verletzungen erträglich macht oder auch zum *runners' high*, einem bei längeren Strecken empfundenen Glücksgefühl beim Laufen führt. Man kann Endorphin für verschiedene Zwecke instrumentalisieren. Auf hartes Training, Verletzungen oder schlicht den toten Punkt oder Erschöpfung bei Wettkämpfen – so die Triathlongruppe – reagiere der Körper mit Hormonausschüttungen: »Da muss dir der Körper dabei helfen, ihn zu überwinden. Diesen Punkt zu überwinden. Und ich glaube, das trainieren wir uns an.« Diese Funktionen lassen sich bei Diskussionen rund um SM ebenso nachzeichnen wie beim Sport oder auch bei der Geburt: Der Körper muss sich langsam an die kommenden Belastungen gewöhnen, der Kreislauf wird durch Aufwärmen vorbereitet und er muss auch wieder zur Ruhe kommen. Der Schmerz hat einen Beginn, einen Höhepunkt, ein Ende, sei es das geborene Kind, das Erreichen des Zielstrichs oder ein Orgasmus. Der Schmerz bleibt dabei nicht gleich, sondern nimmt zu, seien es stärkere und/oder längere Wehen bei den Müttern, ein höheres Tempo, längere und stärkere Belastungen bei den SportlerInnen oder ein härteres Zuschlagen bei den SM-Praktizierenden. Alle müssen

sich auf die erwarteten Prüfungen einlassen, »ja« sagen zu einem Schmerz, der nicht das eigentliche Ziel ist, den sie für das jeweilige Ziel aber (mehr oder weniger gern) in Kauf nehmen. Sie könnten es ja auch lassen: sich gegen Kinder oder für einen Kaiserschnitt, gegen Sport oder für Sporttreiben ohne Wettkampfcharakter oder schließlich für Blümchensex entscheiden. In allen Fällen findet der Umgang mit Schmerz in einer spezifischen sozialen Umgebung mit den ihr eigenen Mechanismen der Anerkennung statt: das Kind im Arm, die Nähe zum/zur PartnerIn, der Beifall im Ziel. Über Schmerz werden damit Beziehungen hergestellt, ohne dass das Soziale daran überhaupt Thema werden muss. Aber es ist grundlegend daran beteiligt: das Sorgende der Mütter, die Hingabefähigkeit der SM-Praktizierenden, das Ironmäßige der Triathleten, all das geschieht über Schmerz. Der Schmerz wird aushaltbar gemacht, als geil oder sogar als wohltuend, als Lust und Fliegen empfunden.<sup>1</sup> Der Rückgriff auf Biologie legitimiert damit sogar eine (heimliche) Positivbewertung von Schmerz.

Das gelingt, so die geteilte Meinung, wenn man sich gegen diejenigen abgrenzt, die »übertreiben«, also Schmerz um seiner selbst willen suchen, das Maß verloren haben und damit ins Krankhafte und »Perverse« kippen. Dahinter stehen – das ist eine letztlich banale Einsicht – Identitätskämpfe, Selbstdefinitionen, Positions- und Statuszuweisungen, die über Kompetenz- und Machtspiele laufen. Bei der Gruppe der TriathletInnen etwa klappt der Spagat zwischen grenzgängerischer Besonderheit und alltäglicher Normalität (»Wir sind normal in unserer Familie, der Triathlonfamilie«), indem sie sich zum Beispiel ganz deutlich von Nicht-SportlerInnen abgrenzen. Das seien 08/15-Menschen in der Fußgängerzone, die *couch-potatos*, »andere«, die nicht so viel körperliche Belastung auf sich nehmen. Die Nicht-SportlerInnen sind also vor allem als Abgrenzungsfolie wichtig. Ebenso die HobbyjoggerInnen, HobbysportlerInnen oder leistungsschwächere TriathletInnen und MarathonläuferInnen. HobbyjoggerInnen »fangen nach fünf bis sechs Kilometern Laufen an zu schwitzen und hören auf«, sie kämen gar nicht bis zu einer wie auch immer gearteten Schmerzgrenze. Sollte das dennoch einmal der Fall sein, »jammern sie fürchterlich«. Kritisiert wird hier also eine Weichei-Mentalität, die sich auf Schmerz gar nicht einlässt oder in der Weise, dass sie gar nicht »durch ihn durch geht«. Die TriathletInnen betonen, dass sie den Schmerz nicht um seiner selbst willen suchen oder als Druckabfuhr benutzen. »Wenn wir unseren Körper einer Belastung aussetzen, dann empfinden wir das nicht als Schmerz, sondern bestenfalls

<sup>1</sup> Die Grenzen zwischen Qual und Lust sind dabei fließend, im Sport wie auch im SM. Bei den Schwimmweltmeisterschaften im australischen Melbourne 2007 etwa erklärte der amerikanische Weltmeister Michael Phelps nach seinem Weltrekord über 200 m: »Auf den letzten 50 Metern war es Adrenalin pur. Das tat verdammt weh, war aber total geil.« (*Badische Zeitung* v. 28.3.2007, S. 17) Dass es sich dabei nicht um Endorphin, sondern um Adrenalin als körpereigenes Aufputschmittel gehandelt haben soll, erscheint in diesem Zusammenhang als marginal.

als Unwohlsein, oder als Ermüdung, als einen sehr normalen Vorgang. Wir sind keine Sadisten, die sich mit der Nadel ständig stechen.« Quintessenz: Es kann nicht sein, was nicht sein darf, genauer: was nicht »natürlich« ist. Legitimer Schmerz sind ein gebrochener Arm, Zahnschmerzen. Triathlon dagegen ist Qual und Ermüdung, aber kein Schmerz, und wiederum im Gegensatz dazu ist gesuchter oder genossener Schmerz »pervers«. Hier wird das Bedürfnis nach Anerkennung auch außerhalb der eigenen Sportfamilie deutlich: Sonderstatus und Exklusivität ja, Perversion nein.

Die Argumente der Steinzeit, des vermeintlich naturhaft so Gewollten oder Vorgesehenen und die unterstellte Macht der Endorphine stecken einen gesellschaftlichen Rahmen ab, innerhalb dessen sich »normale« Schmerzempfindungen bewegen. Man könnte in diesem Zusammenhang auch von einem Normalitätskorridor sprechen: Schmerz ist als Mittel legitim, nicht aber als Zweck (so mache ein Wettkampf nicht unbedingt Spaß, wohl aber das Ergebnis); Genuss ist erst nach harter Arbeit und Qual erlaubt, und dabei spielt die Gruppenzugehörigkeit eine wichtige Rolle. Normalität und Exklusivität sind dabei kein Widerspruch. Das ist nichts anderes als die protestantische Arbeitsethik: Funktionieren, flexibel sein, leistungsfähig und allzeit bereit. Ohne Fleiß kein Preis. Eine Triathletin: »Ich denke mir auch manchmal, das schadet auch nicht, weil, weil wenn du irgendwas bewirken willst im Leben, musst du was dafür tun. Und das fällt dir nicht zu. Und, also wir sind welche, die halt einfach anpacken oder Arbeit sehen und dann ist ja auch immer dieses schöne Gefühl, auch wenn du geschafft bist, jetzt das geschafft zu haben.« Das sind ganz traditionelle Tugenden. Sie passen allerdings in Zeiten heftiger gesellschaftlicher Umbrüche, die charakterisiert sind durch Funktionieren, Flexibilität, Leistungsfähigkeit und Anpassungsbereitschaft.

Das macht das Zurückgreifen auf Natur auch so zwiespältig. Denn »die Natur« (was ist damit eigentlich gemeint?) gibt keine Antworten, die ein Laie einfach so überprüfen könnte. Verweist man dabei wie Pease und Pease (2005) allerdings auf eine vermeintlich wissenschaftliche Basis, scheint das auch gar nicht mehr nötig zu sein. Solche Begründungen öffnen gleichzeitig Tür und Tor für ein politisches Entscheidungsfeld, das sich tendenziell einer öffentlichen (Laien-)Diskussion entzieht. Denn die Argumente klingen gut begründet, modern, »wissenschaftlich« eben. Das gilt auch und zunehmend für politische und gesellschaftliche Diskussionen – ob es sich um genetische Diskriminierung handelt (dürfen Krankenkassen Nachweise über eine nicht vorhandene Vorbelastung von Erbkrankheiten wie etwa Chorea Huntington verlangen?), um betriebliche Einstellungspraxen (Frauen könnten aufgrund zyklusabhängiger Hormonschwankungen zum Sicherheitsrisiko erklärt werden) oder um traditionsreiche Sportwettbewerbe (der vermeintliche Schutz von Frauen im Tennis – sie spielen nur über zwei Gewinnsätze statt drei wie die Männer – garantierte den Männern in Wimbledon bis 2006 ein höheres Preisgeld). So ist in der Gesellschaft inzwischen zunehmend zu beobachten, was sich auch in den

Wissenschaften abzeichnet, nämlich eine Umschichtungen von Ressourcen weg von Sozial- und Geisteswissenschaften hin zu den Life Sciences.

Das Ergebnis ist zumindest unangenehm. Denn nach dem *cultural* oder *linguistic turn* in den Geistes- und Sozialwissenschaften nimmt ein gegenwärtig zu beobachtender *natural turn* konstruktivistischen Wissenschaften komplett das Heft aus der Hand. Und die Sozial- und Geisteswissenschaften haben dem naturwissenschaftlichen Versicherungsprogramm nur wenig entgegenzusetzen. Verunsicherungen lassen sich eben nicht so gut vermarkten wie »Fakten, Fakten, Fakten«. Gerade hier und jetzt aber wäre es an den Sozial- und Geisteswissenschaften, die gegenwärtige Naturalisierungswelle mit Bestsellern wie *Warum Frauen nicht einparken und Männer nicht zuhören können* mit einem Gegenprogramm herauszufordern. Statt Wahrheiten aus der Steinzeit könnten Popularisierungen von *doing gender* an den nur scheinbar sicheren Pfeilern solcher pseudonaturwissenschaftlicher Argumentationen sägen. Etwa mit einem Pendant im Sinn von »Wie Geschlechter gemacht werden und wem das nützt«.

Vorzuweisen haben Sozialwissenschaften dazu genug, nur weiß kaum jemand darum. So liegt das Wegbrechen von Frauen entsprechend steigender Qualifikations- und Statusstufen nicht an Genen, Hormonen oder Zufällen, sondern sichert männliche Seilschaften und Machtpositionen: Während der Frauenanteil bei StudienanfängerInnen noch 52 Prozent beträgt, liegt er bei ProfessorInnen um die 10 Prozent, in Führungspositionen in der Wirtschaft sogar noch niedriger, nämlich zu 5 Prozent (vgl. Brader/Lewerenz 2006). Geschlechter werden auch gemacht, indem man nicht von Krankenbrüdern, Sekretären und Putzmännern, sondern von Krankenpflegern, Teamassistenten und Gebäudereinigern spricht, womit eine symbolische Aufwertung verbunden ist. Vielen Männern nützt auch, wenn bei heterosexuellen Paaren spätestens nach dem ersten Kind die guten Vorsätze geschlechterparitätischer Kinderaufzucht und Karriere über Bord fliegen – weil »der zu Hause bleibt«, der weniger verdient (Wetterer 2003). Das klingt rational, und das ist es auch – für eine ungleiche Geschlechterordnung. Denn komischerweise ist »der« fast immer eine Frau. Gesellschaftliche Interessen und Machtverhältnisse erklären also mitunter mehr als Argumente aus der Steinzeit. Zumindest was das angeht, sollten nicht nur Wissenschaften endlich in der Gegenwart ankommen.

---

## Literatur

- Azoulay, Isabelle (2000), *Schmerz. Die Entzauberung eines Mythos*, Berlin.
- Brader, Doris/Lewerenz, Julia (2006), »Frauen in Führungspositionen«, *LAB Kurzbericht. Aktuelle Analyse aus dem Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung der Bundesagentur für Arbeit*, Nr. 2, 24.2.2006, Nürnberg, S. 1–4.
- Degele, Nina (2006), »Sportives Schmerznormalisieren. Zur Begegnung von Körper- und Sportsoziologie«, in: Gugutzer, Robert (Hg.), *body turn. Perspektiven der Soziologie des Körpers und des Sports*, Bielefeld, S. 141–161.
- Degele, Nina (2007), »Schmerz erinnern und Geschlecht vergessen«, *Freiburger Frauen Studien 20*, S. 121–142.
- Le Breton, David (2003), *Schmerz: eine Kulturgeschichte*, Zürich/Berlin.
- Owen, Linda R. (2006), *Distorting the Past: Gender and the Division of Labor in the European Upper Paleolithic*, Tübingen.
- Pease, Allen/Babara Allen (2005), *Warum Männer nicht zubören und Frauen schlecht einparken*, München.
- Wetterer, Angelika (2003), »Rhetorische Modernisierung: Das Verschwinden der Ungleichheit aus dem zeitgenössischen Differenzwissen«, in: Knapp, Gudrun-Axeli/Wetterer, Angelika (Hg.), *Achsen der Differenz. Gesellschaftstheorie und feministische Kritik II*, Münster, S. 286–319.