

# Wenn es immer ganz genau passen muss

Über Normen, die wir uns unnötigerweise selbst setzen, über eine Medizin, die durch wirtschaftliche Normen beschnitten wird, und über den anderen Blick auf Menschen, für die eine andere Norm gilt.

**SN-THEMA**  
Gesunde Bescherung

Bücher von Raphael Bonelli leben von den anschaulichen Fallberichten aus der Praxis des Wiener Psychiaters und Psychotherapeuten. In dem neuen Band über Perfektionisten ist es unter vielen anderen die Lebensgeschichte von Walter R., der mit 27 den Therapeuten aufsucht und dabei vom ersten Liebesbrief berichtet, den er als Neunjähriger in der Schule erhalten hatte:

*Walter R. erzählt aus seiner Kindheit: Im Alter von neun Jahren habe er in der Grundschule einen Liebesbrief von einer Mitschülerin erhalten. Er erinnert sich noch gut daran, dass er zu dem Mädchen ging und sie aufforderte, ihm genau mitzuteilen, warum sie gerade ihn so möge. Und wie sehr sie ihn möge, das sollte sie doch bitte noch viel ausführlicher in Worte kleiden als in diesem Brief. Seine Gier nach Bestätigung sei unersättlich gewesen, sinniert er heute kopfschüttelnd. Er habe aus dem inneren Drang nach Bestätigung vollständig unterlassen, in irgendeiner Weise dem verstörten Mädchen eine nette Geste zu zeigen.*

Die Verehrerin war schnell ernüchert, ihre Begeisterung für ihren Mitschüler schwand dahin. Walter R. ist bis heute ohne Partnerin und leidet darunter. Weil er, so Raphael M. Bonelli, nicht glauben könne, dass er ohne Höchstleistung zu dieser Auszeichnung, zu dieser Liebeserklärung gekommen sei. „Es mutet sich für ihn an wie ein Lottosechser, für den er kein Los gekauft hat.“

Der Neurowissenschaftler an der Sigmund-Freud-Privatuniversität in Wien sieht in der Tiefe einer solchen perfektionistischen Seele „immer die Angst“. Diese könne sich in zwei Gesichtern zeigen: in der Ichhaftigkeit oder im Zwang. Beide seien eng miteinander verwandt. „Die Ichhaftigkeit ist eine übertriebene Angst um sich selbst, der Zwang ist die Folge einer Angst, ein Ritual, das die Angst bannen soll, aber nicht kann.“

Als theoretischen Unterbau greift Bonelli auf den Berliner Psychiater Fritz Künkel zurück, einen Schüler von Alfred Adler, dem Begründer der zweiten Wiener Schule der Psychotherapie. Künkel stellt mit dem Konzept der „Ichhaftigkeit“ die innere Motivation in das Zentrum seiner Beobachtungen. Eine Tat könne äußerlich gleich aussehen, aber unterschiedlich motiviert sein. Zum Beispiel eine Hilfeleistung: Entweder will der Helfer schlichtweg helfen, weil Not am Mann ist, oder er will durch seine gute Tat gesehen und



*Sie leide unter Essstörungen, Schlafstörungen und sehr viel Druck, unter anderem wegen der zwei Skihütten, bei denen sie sich für alles zuständig und von ihrem Mann nicht unterstützt fühle. In der Analyse zeigt sich, dass es kein Problem für den gemeinsamen Betrieb ist, wenn sich Frau W. von der Verwaltung der Skihütten zurückzieht. „Ich muss es aushalten, dass die Dekoration nicht perfekt ist. Ich kann etwas anderes machen, was ich viel lieber mache und auch viel besser kann“, beschließt Frau W. in der Therapiestunde.*

*Eine Woche später hat sich wenig geändert. Der Unternehmerin fällt das Abschiednehmen von den Skihütten schwer. „Ich versteh das nicht, ich will ja gar nicht, es belastet mich, aber trotzdem denke ich dauernd über die Inneneinrichtung nach“, sagt Frau W. Nach längerer Motivationsanalyse deckt sich ihr der psychodynamische Hintergrund auf: „Da steht mein Name drauf – das fällt auf mich zurück. Was mögen nur die Leute denken, wenn die Skihütten nicht perfekt sind. Ich fühle mich den Leuten ausgeliefert.“ Erst diese Er-*

**„Da steht mein Name drauf – das fällt auf mich zurück“, sagt Frau W. in der Therapie.**

*kennntnis macht Frau W. den Rückzug möglich: dass ihre Motivation weder vernünftig noch gesundheitsfördernd war und schon gar nicht von reinem Pflichtbewusstsein motiviert.*

Der Weg aus diesem angstgetriebenen Perfektionismus beginnt für Raphael M. Bonelli mit der Imperfektionstoleranz: Der Patient muss lernen, die eigene Unvollkommenheit auszuhalten. „Denn der innere Wert der eigenen Person ist unabhängig von äußeren Beifallskundgebungen. Mit dieser Erkenntnis kann der Perfektionist seine Maske der Perfektion fallen lassen.“ Solche Imperfektionstoleranz sei eine erwerbende Tugend. „Sie gibt dem Menschen seinen Handlungsspielraum zurück.“ Und seine Gelassenheit, die das „Muss“ aufweicht, damit wieder ein angemessenes „Soll“ fruchtbar werden kann. Das würde heißen, Perfektion nicht mehr hart zu fordern, sondern – weicher – zu wünschen.

**Raphael Bonelli: „Perfektionismus“.** Geb., 336 Seiten, 20,60 Euro, Pattloch 2014.

bewundert werden. Im ersten Fall sei die Tat „sachlich“ oder „wirhaft“, im zweiten „ichhaft“ oder „unsachlich“. Im ersten Fall kann der Mensch sich selbst transzendieren, im zweiten bleibt er in sich gefangen.

So, wie es dem in sich verfangenen Helfer nicht in erster Linie um das Helfen geht, sondern um das Wahrgenommen-Werden, so täuscht nach Ansicht von Bonelli der Perfektionist etwas vor, worum es ihm gar nicht gehe: die Perfektion. Denn die innere Motivation des Perfektionisten sei die persönliche Absicherung durch eine makellose Leistung. „Der Perfektionist trägt das Tadellose als Maske vor sich her und versteckt sich hinter ihr, weil er den Tadel so sehr fürchtet. Die Perfektion ist bei ihm nur Mittel zum Zweck.“

*Illustrierend bringt der Psychiater das Beispiel von Monika W., einer 51-jährigen Unternehmerin.*

## Wie Medizin zum Betrieb wird

### Eine Streitschrift für den Arzt als Arzt

**Bei den Vorlesungen** von Giovanni Maio über Medizinethik an der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg ist der Hörsaal bis auf den letzten Platz gefüllt. Groß ist das Bedürfnis der angehenden Ärztinnen und Ärzte, das Menschliche an ihrem Beruf zu sehen, zu bewahren und wissenschaftlich zu untermauern. Der Mediziner und Ethiker sieht einen Trend zur „Verbetriebswirtschaftlichung“ der Medizin, insbesondere im System Krankenhaus. Dadurch werde die Medizin als soziale Praxis nach und nach ausgehöhlt. Dabei will Maio keineswegs das Kind mit dem Bade ausschütten. Humanität und Ökonomie seien nicht per se Gegensätze. „Die Medizin kann sich kein Missmanagement leisten.“

**Allerdings:** Am Krankenbett sei die Logik der Ökonomie wesensfremd, „weil die Medizin eben keine Dienstleistung ist, sondern eine soziale Praxis, und weil die Medizin es in ihrem Kern nicht mit Kunden zu tun hat, sondern mit hilfsbedürftigen Menschen“. Die ökonomische Logik verlange klar strukturierte und getaktete Abläufe. „Dadurch“, so Maio, „ergibt sich für die Ärzte kaum mehr die Möglichkeit, spontan auf einen Patienten zu reagieren, der eine Frage hat, oder sich mehr Zeit für jemanden zu nehmen, der persönliche Zuwendung und Betreuung



braucht.“ Eine Zusage, die nicht aufschiebbar ist, wenn der Betreffende sich eben jetzt in einer existenziellen Not befindet. Besonders ältere und pflegebedürftige Patienten kämen zu kurz, „weil sie mehr Zeit für Erklärungen brauchen, als die Vorgabe zulässt“.

**Der Freiburger Medizinethiker** sieht durch den enormen Zeitdruck, verschärft durch den Ärztemangel, das Wesentliche der Medizin gefährdet: die Einstellung, die Motivation, der Geist, aus denen heraus eine Therapie vollzogen wird. Betriebswirtschaftliches Denken laufe darauf hinaus, dass der Arzt austauschbar werde, weil Arbeitszeitgesetz und Dienstpläne das verlang-

ten. Demgegenüber müsse medizinisches Handeln als einmalige, nicht wiederholbare Begegnung von Menschen gesehen werden.

**Es ist dieser Gegensatz** zwischen dem Planbaren und Messbaren auf der einen und der unverwechselbaren Beziehung von Arzt und Patient auf der anderen Seite, auf dem Maio beharrt. Ein Vergleich mit dem Schulsystem drängt sich auf. Was zum Beispiel ein PISA-Test erfasst, sind die messbaren Ergebnisse der pädagogischen und didaktischen Fähigkeiten eines Lehrers, einer Lehrerin. Diese allein machen aber nicht „den guten Lehrer, die gute Lehrerin“ aus.

**Was zu Maios Vorlesungen** in Freiburg zurückführt: Dem Medizinethiker geht es darum, dass der Idealismus der jungen Ärztinnen und Ärzte nicht unter dem ökonomischen Druck im System Krankenhaus verschüttet geht. Womit sich wieder eine Parallele aufdrängt: Auch dem überbürokratisierten und überkontrollierten System Schule fällt viel Idealismus der jungen Lehrerinnen und Lehrer zum Opfer.

**Giovanni Maio: „Geschäftsmodell Gesundheit“.** 164 S., 9,30 Euro, Suhrkamp 2014.

## Sie leben im Hier und Jetzt

### Der andere Blick auf Menschen mit Demenz

**Wenn Brigitta Schröder** von Menschen mit Demenz spricht, wird sofort klar, dass sie aus einer großen Erfahrung spricht – und sich nicht mit gängigen Sichtweisen abfindet. Zum Beispiel damit, dass die Kommunikation mit diesen Menschen sehr erschwert sei. „Nein“, sagt die Krankenschwester, Supervisorin und Lebens- und Trauerbegleiterin, „die Kommunikation ist nicht erschwert, sondern wir haben nicht die Fähigkeiten, in ihr Dasein zu gehen, weil wir sehr kopfgesteuert sind. Menschen mit Demenz sind gefühlsgesteuert. Weil wir selbst kopflastig sind, meinen wir, wir müssen erklären und der andere muss verstehen.“

**Brigitta Schröder will vermitteln**, dass man Menschen mit Demenz auf Augenhöhe begegnen kann. Das fängt damit an, sich nicht in eine betreuende und pflegerische Opferrolle zu begeben. „Die erste Empathie gehört mir“, sagt sie. „Ich kann auch einem Menschen mit Demenz sagen, dass ich jetzt Mittagszeit habe. Ich sage dazu, ich bin in deiner Nähe, aber es ist wichtig, dass ich mich auch einmal entziehe. Das ist nicht anders als sonst in einer guten Beziehung.“

**Menschen mit Demenz** sind frei von allem Materiellen, sie leben im



Hier und Jetzt. „Aber sie sind keine Kinder“, betont Brigitta Schröder.

**„Wenn wir Demente** als Kinder behandeln, behandeln wir sie nicht als Persönlichkeit.“ Das ist der „Blickrichtungswechsel“, den die Autorin in ihrem Buch fordert, das nicht nur praxisgerecht ist, sondern auch weit über die übliche Praxis hinausweist. Zum Beispiel darin, dass nie von Demenzkranken die Rede ist. „Wenn wir einen Menschen krank nennen, machen wir ihn klein. Ich möchte Menschen mit Demenz nicht klein und krank sehen, sondern partnerschaftlich, als Persönlichkeiten.“

**Brigitta Schröder: „Blickrichtungswechsel“.** 124 S., 17,50 Euro, Kohlhammer 3. Auflage 2014.