

Die Suchtprävention soll sich in die Diskussion einschalten

Dr. Ruth Baumann-Hölzle ist Mitbegründerin und Leiterin des Interdisziplinären Instituts für Ethik im Gesundheitswesen. In ihrer Tätigkeit und ihren wissenschaftlichen Arbeiten setzt sich Baumann-Hölzle immer wieder mit dem Zusammenspiel von Gesellschaft, Individuum und Leistung auseinander.

Text: Brigitte Müller

laut & leise: Frau Baumann-Hölzle, was bedeutet Leistung für Sie persönlich?

Dr. Ruth Baumann-Hölzle: Leistung kann mich sehr zufrieden machen, aber bringt mir nur bedingt Erfüllung.

I & I: Wie wichtig ist Leistung für Menschen, die hier in der Stadt Zürich leben?

Baumann-Hölzle: Gesellschaftlich definieren wir Leistung sehr eng. Honoriert werden vor allem eine hohe Effizienz bei unserer Arbeitsfähigkeit und unsere Rationalität sowohl intellektuell als auch körperlich. Wenn wir funktionstüchtig sind, können wir viel erreichen. Unser Status wird dabei vorzugsweise über materielle Werte festgelegt. Wir bewerten positive Leistungen meistens mit Geld, denn Leistung soll einen finanziellen Nutzen erbringen. Alles, was Zeit braucht und kein Geld generiert, beispielsweise die Pflege von älteren Menschen, Kleinkindern, Behinderten, diese Leistungen werden als geringer und weniger wertvoll eingestuft.

I & I: Wir bezeichnen uns selber als eine Leistungsgesellschaft: immer mehr, immer besser, immer schneller. Werden wir nicht gezwungen, unsere geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeiten künstlich zu fördern?

Baumann-Hölzle: Ja, klar. Die Konsequenz ist, dass wir versuchen das Tempo zu halten. Wir haben im Gegensatz zu früher ein instrumentalisiertes Verhältnis zu unserem Körper. Nach der Aufklärung änderte sich unser Menschenbild radikal. Kurz gesagt: Wir sind als Mensch aus der Natur ausgezogen und meinen absolut über uns und die Welt draussen verfügen zu können. Heute sind wir soweit, dass wir den eigenen Körper als gestaltbare Materie verstehen. Wir denken beispielsweise mit der Schönheitschirurgie eine krumme Nase nach unserer eigenen Vorstellung formen zu können. Meist erhalten wir nicht eine individuelle, eigenständige Nase, sondern eine Nase, die der Gesellschaftsnorm entspricht. So unterwerfen wir uns auch bei der Einnahme

von leistungssteigernden Substanzen dem Paradigma vom «Immer-höher-immer-schneller».

I & I: Für jedes «Problemchen» und für jede «Stresssituation» ein Medikament? Wie steht es mit unserer Frustrationstoleranz und dem Durchhaltewillen?

Baumann-Hölzle: Was ist das Huhn, was das Ei? Wenn ich sonst den Job verlieren würde, ist die Einnahme von leistungssteigernden Substanzen verführerisch. Wir haben die Werte unserer Gesellschaft, funktionstüchtig und leistungsfähig zu sein, stark verinnerlicht. Unfähigkeit und Faulheit sind dagegen eine Schande. Bevor wir Medikamente schlucken, wäre es jedoch besser, sich Fragen zu stellen wie: Bin ich bei meinem Job am richtigen Ort? Wäre ein Arbeitsplatzwechsel nicht von Vorteil? Nur – was für eine Auswahl habe ich denn? Bin ich unter Umständen bereit, zugunsten von mehr Lebensqualität in Bezug auf Raum und Zeit für mich ein geringeres Einkommen in Kauf zu nehmen. Wie steht es dann aber wiederum mit finanziellen Verpflichtungen zum Beispiel meiner Familie gegenüber? Solch eine Auseinandersetzung braucht Zeit und löst einen Prozess aus, der Raum benötigt. Genau dafür haben wir kaum Platz im Alltag.

Wir bewerten positive Leistungen meistens mit Geld, denn Leistung soll einen finanziellen Nutzen erbringen. Alles, was Zeit braucht und kein Geld generiert, beispielsweise die Pflege von älteren Menschen, Kleinkindern, Behinderten, diese Leistungen werden als geringer und weniger wertvoll eingestuft.

I & I: Bereits Kleinkinder erhalten – selbstverständlich auf natürlicher Basis – bei jedem «Wehweh» ein Globuli. Oder am Leichtathletik-Wettkampf von 12-Jährigen «dopen» die Eltern ihre Kinder mit Hustensirup oder Nasenspray. Wohin führt das?

Baumann-Hölzle: Ich stelle eine para-

doxe Entwicklung fest. Einerseits verpacken viele Eltern ihre Kinder in Watte und andererseits wachsen die Ansprüche ihnen gegenüber. Die Kinder werden zur Schule gefahren, weil der Weg zu lang oder zu gefährlich sei. Dafür erwarten die Eltern von ihrem Kind, dass es schon vor dem Eintritt in die Schule lesen und rechnen kann. Unser verinnerlichtes Leistungsparadigma spiegelt sich in der Kindererziehung.

I & I: Ehrgeizige Eltern, ein stressiges Arbeitsumfeld, hohe eigene Zielerwartun-

gen – es entsteht ein sozialer Druck, noch bessere Leistung zu erbringen. Wie kann man sich dagegen wehren?

Baumann-Hölzle: Das ist sehr schwierig, weil wir enorme Ansprüche stellen in Bezug auf unseren Lebensstandard und ein grosses Bedürfnis nach materieller Sicherheit haben. Wehren wir uns dagegen, müssen wir eine Bereitschaft des Verzichts entwickeln. Ich sehe in der Verweigerung die einzige Möglichkeit, sich anderen Lebensformen hinwenden zu können. Beispielsweise seine Beziehungsfähigkeit zu entwickeln, mehr Zeit haben für das Zusammensein mit den Kindern, im Garten arbeiten und sogenannten «nutzlosen» Tätigkeiten Raum geben. Diese Haltung muss ich mir jedoch im wahrsten Sinne des Wortes «leisten» können und auch aushalten.

I & I: Schöner denken oder das optimierte Gehirn durch Neuro-Enhancements – ist doch wunderbar. Oder?

Baumann-Hölzle: Mit Worten können wir vieles schönreden. Es bleiben Fragen: Was ermöglichen diese Verbesserungen?

Was bedeuten Normalität und Natürlichkeit? Was verstehen wir unter Gesundheit? Mit dem Enhancement übernimmt

die gesellschaftliche Solidarität verloren. Es kann für die Gesellschaft sogar attraktiv sein, wenn die Leute ihre Leistungen

von Entspannung des Innewerdens genauso wie das Ausatmen als die Aktivität des sich Veräusserns. Zwischen dem Ein- und Ausatmen ist auch der Moment des Nicht-Atmens, des absoluten Nicht-Tuns. Vergessen wir vor lauter Leistungssteigerung und Aktivitäten das Einatmen und das Ruhen, dann geht uns sprichwörtlich der Atem aus, nämlich die Lebendigkeit und sogar das Leben selbst.

Ich unterscheide zwischen Leben und Lebendigkeit. Zur Lebendigkeit gehören neben vielem anderen die Erfahrung von Sinn, die Freude an physischen und psychischen Leistungen. Aber auch das Erkennen der eigenen Grenzen und der Machbarkeit.

die Medizin eine neue Funktion. Bis anhin diente die Medizin, Leiden und Krankheiten zu lindern und zu heilen. Mit dem Enhancement geht ein Fenster auf, unseren Geist und Körper zu verschönern und zu verbessern. Der «de-signte» Mensch wird möglich.

I & I: Ist es nicht das Recht jedes Menschen, über seinen Körper und seine Psyche selber zu entscheiden? Oder anders gefragt, inwiefern ist das Einnehmen von leistungssteigernden Substanzen Privatsache?

Baumann-Hölzle: Selbstverständlich kann jeder für sich entscheiden. Wir leben in einer liberalen Gesellschaft und haben das Verständnis, dass jeder die Freiheit auch zum selbstschädigenden Verhalten hat. Die Gefahr bei den leistungssteigernden Substanzen ist jedoch, dass der gesellschaftliche Druck wachsen kann, funktionstüchtiger sein zu müssen. Eingeschränkte Funktionsfähigkeiten können zur Privatsache oder gar zu Schuld werden. Bei diesem Denken geht

dopen, genauso wie Leute bewundert werden, die zu viel arbeiten, obwohl sie am Rande eines Burnout stehen.

I & I: Die einen haben Zugang zu leistungssteigernden Substanzen, andere nicht. Werden aus dieser Tatsache soziale Ungerechtigkeiten verschärft?

Baumann-Hölzle: Es ist schon heute eine Tatsache, dass wer besser ausgebildet ist und einen höheren Status innehat, gesünder und länger lebt. Enhancement, eingesetzt zur Verbesserung und Verschönerung des Menschen nach den gängigen gesellschaftlichen Normen, wird die Kluft zwischen den verschiedenen Gesellschaftsschichten wahrscheinlich noch vertiefen.

I & I: Gibt es prinzipielle ethische Einwände gegen das persönliche Doping?

Baumann-Hölzle: Auf diese Frage möchte ich mit ein paar persönlichen Gedanken antworten. Ich unterscheide zwischen Leben und Lebendigkeit. Zur Lebendigkeit gehören neben vielem anderen die Erfahrung von Sinn, die Freude an physischen und psychischen Leistungen. Aber auch das Erkennen der eigenen Grenzen und der Machbarkeit. Das Wesentliche – beispielsweise die Liebe – ereignet sich im Leben. Wir können das Wesentliche weder planen noch herstellen. Blindes Funktionieren engt Sinn-erfahrungen ein oder verunmöglicht sie gar. Damit Lebendigkeit und das Wesentliche sich entfalten können, braucht es Raum und Zeit. Wir müssen etwas geschehen lassen können, denn im Wesentlichen passiert das Menschsein. Wir verkümmern mit unserem einseitig definierten Leistungsparadigma und haben keine Zeit mehr für innere Prozesse und für das Wachsen an neuen Erkenntnissen. Unser Leben wird lebendig, wenn wir es wie den Atem verstehen. Wir brauchen das Einatmen, im Sinne der bewussten und akti-

I & I: Wie hoch schätzen Sie die Gefahr der Sucht und Abhängigkeit von leistungssteigernden Substanzen ein?

Baumann-Hölzle: Auch wenn die Gefahr einer körperlichen Abhängigkeit gering sein sollte, kann doch eine mentale Sucht entstehen. Wer erlebt, dass diese Substanzen seine Leistungen tatsächlich vorübergehend verbessern, möchte dies immer wieder erleben. Dabei verändert sich aber auch der Bezug zur Umwelt. Wir gewöhnen uns daran, immer nur zu senden und haben keinen Empfang mehr für Gespräche, fürs Scheitern, für das Erkennen von neuen Wegen.

I & I: Immer wieder hört man, dass Studentinnen und Studenten leistungssteigernde Substanzen vor allem gegen den

Vergessen wir vor lauter Leistungssteigerung und Aktivitäten das Einatmen und das Ruhen, dann geht uns sprichwörtlich der Atem aus.

Prüfungsstress einnehmen. Sind dies nur Gerüchte oder ist Doping im Wissenschaftsbetrieb ein ernst zu nehmendes Thema?

Baumann-Hölzle: Dies ist leider eine Tatsache, wie auch verschiedene Studien zeigen. Wenn die Prüfungen und der Stress zu gross werden, dann ist die Versuchung gross, nach helfenden chemischen Mitteln zu greifen. Dies ist ein weiteres Abbild unserer Verinnerlichung des Leistungsparadigmas.

I & I: Wohin, vermuten Sie, wird die Entwicklung in den nächsten zehn Jahren gehen?

Baumann-Hölzle: Ich bin keine Prophetin. Leider sehe ich nirgends Tendenzen,

BUCH-TIPP

Das Leben als letzte Gelegenheit

Noch nie stand den Menschen so viel Lebenszeit zur Verfügung wie heute. Und doch ist die «Zeit» zum Problem geworden. Die Autorin Marianne Gronemeyer weist darauf hin, dass Eile und Stress zwar als Belastung empfunden werden, aber auch Prestige ist. Wer keine Zeit hat, zeigt, dass er «Wichtigeres» zu tun hat. Wer hingegen Zeit in Hülle und Fülle hat, macht sich verdächtig. Für die Wissenschaftlerin begann diese Entwicklung bereits im Pestjahr 1348.

«Das Leben als letzte Gelegenheit» von Marianne Gronemeyer, Wissenschaftliche Buchgesellschaft WBG, Darmstadt, 2009

Die Suchtpräventions-Fachleute sollten sich unbedingt in die Diskussion rund um das Thema «Leistung durch Chemie» einschalten. Je früher, desto besser, denn mit ihren jahrelangen Erfahrungen kann die Suchtprävention die gesellschaftspolitische Diskussion substantiell bereichern.

dass sich unser Verständnis von Leistung verändern könnte. Im Gegenteil, die Funktionsschraube wird immer mehr angezogen. Ich weiss aber, dass langfristige Entwicklungen nicht linear verlaufen. Gerne lass ich mich also positiv überraschen und hoffe, zusammen mit meinen Mitarbeitenden bei Dialog Ethik einen Teil für eine veränderte Sichtweise von Leistung und Nutzen beitragen zu können.

I & I: Was bedeutet dieses Szenario für die Fachleute der Suchtprävention?

Baumann-Hölzle: Die Suchtprävention kennt den Zusammenhang von Abhängigkeit und dem riskanten Umgang mit Suchtmitteln. Deshalb sollten sich die Suchtpräventions-Fachleute unbedingt in die Diskussion rund um das Thema «Leistung durch Chemie» einschalten. Je früher, desto besser, denn mit ihren jahrelangen Erfahrungen kann die Suchtprävention die gesellschaftspolitische Diskussion substantiell bereichern.

I & I: Wie optimieren Sie sich selber, dass Sie täglich die geforderten und verlangten Leistungen erbringen?

Baumann-Hölzle: Gebet und Meditation sind zusammen mit den Beziehungen zu anderen Menschen meine Kraftquellen. Zudem treibe ich viel Sport und gehe gerne in die Berge. Ich habe als Geschenk viel Energie erhalten, die ich gerne einsetze – auch im Beruf. Jedoch spüre ich, wie mit dem Älterwerden meine physischen Kräfte nachlassen. Ich brauche mehr Zeit für Erholung und Regeneration nach körperlichen Anstrengungen. Und so reise ich zunehmend weniger nach aussen, sondern mehr nach innen.

■
Ruth Baumann-Hölzle, Dr. theol. Studium der Theologie in Zürich und Genf. Autorin zahlreicher Publikationen. Für ihre Dissertation «Human-Gentechnologie und moderne Gesellschaft» hat sie 1991 den Hauptpreis des Stehr-Boldt-Fonds der Universität Zürich erhalten, eine Auszeichnung für interdisziplinäre Forschung im Bereich der Medizin. Sie ist Mitbegründerin und Leiterin des Interdisziplinären Instituts für Ethik im Gesundheitswesen, Zürich.
www.dialog-ethik.ch

Brigitte Müller, Texterin und Redaktionsleiterin laut & leise, stellte die Fragen.

