



Denise Arber

Arbeitet als Sozialraum- und Organisationsentwicklerin, Supervisorin und Kunsttherapeutin in ihrem Atelier in Solothurn sowie als Dozentin in der Aus- und Weiterbildung der Sozialen Arbeit. Anregen will sie sorgfältige Urteilsbildungsprozesse als Grundlage individueller und gesellschaftlicher Entwicklung.

## Ideale und Idealisierung - oder ein Matrose installiert seine Trauminsel auf dem Schiff

Erfahrene Seeleute erzählen von früheren Reisen, abenteuerlichen Geschichten, haben Manches erlebt und Erfahrungen gesammelt. Sie haben aber auch einen Auftrag, ein Ziel vor Augen und träumen gelegentlich von herrlichen Stränden in einer neuen Welt. Auf dem Weg zum Ziel liegt eine lange Reise, Gefahren, Entbehrungen, Flauten und Stürme. Da heisst es tagtäglich neue Herausforderungen zu bewältigen. Diese Metapher kann für einen Lebensweg, für ein Projekt stehen. Gemäss dem Bild der Seereise wird deutlich, dass sich Veränderungen im Spannungsfeld zwischen erlebter Vergangenheit und erdachter Zukunft – im Jetzt vollziehen. Zerren wir die Pole auseinander, dann finden wir auf der einen Seite verklärte Erinnerungen und auf der anderen Seite idealisierte Wunschbilder. Wir Menschen können uns denkend zwischen den beschriebenen Polen hin und her bewegen, indem wir uns erinnern oder Vorstellungen generieren, letztlich kommen wir aber nicht darum herum den Alltag zu bewältigen und die Situationen unmittelbar zu ergreifen. Zudem haben wir keine Garantie, dass sich unsere Wunschvorstellungen erfüllen. Auf unsere Metapher bezogen wäre demnach vernünftig, wenn sich die Schiffscrew vorerst auf das Segeln konzentriert, das Essen einteilt, um Hygiene besorgt ist, sich um einen guten Mannschaftsgeist kümmert und die Sternbilder richtig deutet, um auf Kurs zu bleiben.

Im Hinblick auf diesen Artikel, habe ich mich gefragt, welche Umstände dazu führen, dass Personen und Gruppen erdachte, beschönigte Zukunftsideen der gegenwärtigen, realen Situation vorziehen (statt zu segeln und von der Insel zu träumen) oder sich so zu verhalten, als entsprächen ideale Ziele der gegenwärtigen Situation, der Wirklichkeit (auf dem Segelschiff einen Sandstrand installieren). Wie kommen Personen dazu, Idealvorstellungen in den Alltag zu verschieben, sich in einer Scheinwelt zu bewegen und Entwicklung dadurch zu behindern? Dazu nachstehend zwei Thesen:

Idealismus gründet auf einer Störung der Ich-Entwicklung, auf einem Mangel an Gefühl, respektive Selbstgefühl, sowie einem Mangel an Realitätskontakt und im Extremfall resultiert daraus Größenwahn.<sup>1</sup> Das Streben nach idealen Wunschbildern und Perfektion ist ein Versuch, fehlenden Eigensinn und Identitätsmangel auszugleichen.

Idealisierte Zielvorstellungen im Arbeitsalltag umsetzen zu wollen führt zu perfektionistischen Ansprüchen und uniformen Arbeitsweisen. Es ist ein Versuch, Bedrohungen sowie Ungewissheiten zu begegnen, Komplexität zu reduzieren, zu ordnen und menschliche Urangst vor Auflösung, Zerfall und letztlich Tod zu bannen.



Alexander Lowen<sup>1</sup> beschreibt wie Störungen der Ich-Entwicklung innerhalb der Eltern-Kind-Beziehung entstehen, nämlich indem Kinder in Wirklichkeit machtlos und Eltern, im Hinblick auf das Kind allmächtig sind. Der Narzissmus der Eltern wird auf das Kind projiziert: „Ich bin etwas Besonderes und darum ist auch mein Kind etwas Besonderes.“ Derzeit sehe ich nebst einer ambivalenten Eltern-Kind-Bindung diverse andere Risikofaktoren, die späteren Narzissmus fördern: Bspw. medienbedingte Entfremdungsphänomene, hohe Leistungsansprüche, die Zunahme von Ein-Kind-Familien (Prinzen- und Prinzessinnen-Syndrom), frühkindliche, intellektuelle Bildung und ein verändertes Rollenverständnis des Kindes (bspw. Kind als Partnerersatz in Einelternfamilien).

<sup>1</sup> Lowen, A.: Narzissmus. Die Verleugnung des wahren Selbst.

Narzisstische Menschen definieren bezüglich sich selbst ein Bild, eine Vorstellung, die sie über sich selbst gemacht haben und nicht ihrem wirklichen Selbst entspricht. Ihr Selbst-Gefühl ist schwach verankert. Man kann sagen, dass bei diesen Menschen Wahrnehmung und Selbstbild verzerrt sind. Sie verleugnen ihre Gefühle und richten ihre Vorstellungen und Aktivitäten auf ein ideales Selbstbild (Images) auf Kosten des Selbst aus. Diesen pathologischen Vorgang übertragen narzisstische Personen auf ihren Alltag, ihre Tätigkeiten, ihre Umgebung und verhalten sich gleich, wie dies narzisstische Eltern im Umgang mit ihren Kindern tun. Sie erleben sich selbst als besondere Persönlichkeiten, sind daher der Meinung, ihre Arbeitsinhalte und Zielsetzungen seien wegweisend und das Umfeld müsse sich ihrem perfekten System anpassen. Sie erzeugen Perfektionsansprüche, Druck, Versagensängste und Einengung.

Im gesellschaftlichen Umfeld, in der Arbeitswelt können wir solche Realitätsverzerrung und Idealisierung wahrnehmen. Lesen wir bspw. die Homepages von sozialen Einrichtungen, Schulen oder Firmen so haben die Inhalte oft wenig mit dem gelebten, teilweise chaotischen oder auch rigiden Alltag dieser Einrichtungen zu tun. Das Management der Organisationen verkündet hingegen engagiert, dass die Hochglanzbeschreibungen wahr seien. Im Innensystem sind fehlende Identität, ein marodes Selbstverständnis, ein Mangel an schöpferischem Handeln erkennbar. In der Sozialen Arbeit und Bildung sind von jeher idealistische Motive handlungsleitend, denn Verbesserungsabsichten liegen bereits den Initiativen zugrunde. Perfektionsbestrebungen sind jedoch ein neueres Phänomen. Immer mehr Schulen und soziale Einrichtungen verordnen ihren Mitarbeitenden strenge Handlungsvorgaben und definieren minutiöse Abläufe. Trendige Methoden, Tools und Trainings werden für viel Geld eingekauft. Ziel und Zweck von Uniformierungen sind vielfältig. Die Verantwortlichen versuchen möglicherweise die Komplexität menschlicher Entwicklung zu reduzieren, so zu tun, als könnten Entwicklungsprozesse und Lebensläufe zielgerichtet, effizient und wirkungsorientiert gesteuert werden. Dies hat natürlich auch mit dem Kontrollwahn der Öffentlichkeit zu tun (Geld gibt es nur dann, wenn Wirkung nachgewiesen wird). Ein anderer Beweggrund könnte sein, Empfindungen, wie bspw. die eigene Angst und Unsicherheit bezüglich unvorhersehbaren Situationen und Reaktionen verdrängen zu wollen, mittels strukturierten Vorgehens eine Scheinsicherheit herzustellen und dadurch die Illusion, anspruchsvolle zwischenmenschliche Gegebenheiten im Griff zu haben, aufrecht zu erhalten. Wer sich strikt Methoden verpflichtet, ist Über-Ich geleitet, verbindet sich ungenügend mit dem Gegenüber, nimmt Bedürfnisse und Gefühle schwach wahr und will die Entwicklung anderer auf ein definiertes Ziel hin lenken. Damit dies auch gegen den Widerstand der Betroffenen gelingt, werden gelegent-

lich auch Formen von Macht eingesetzt. Solch ein Vorgehen ist menschenverachtend und übergriffig. Viele Sozialtätige und Lehrpersonen akzeptieren diese Formen von Fremdbestimmung nicht mehr und kehren ihrer Tätigkeit resigniert den Rücken zu.

In den vergangenen 15 Jahren haben sich weltweit gravierende Veränderungen vollzogen, welche Ungewissheit und Ängste zusätzlich verstärkt haben. Olaf Germanis beschreibt aktuelle Bedrohungen in der Arbeitswelt<sup>2</sup>: Hohe Komplexität, die sich in einer permanenten Steigerung perfekter Produkte und Strukturen, einem harten Wettbewerb um Konsum und v.a. in der Digitalisierung, einer permanenten, ungefilterten Informationsüberflutung zeigt. Eine Machtverlagerung führt von der bekannten, hierarchisch strukturierten Organisation weg zu steuerbaren, systemkomplexen, virtuellen Gebilden. Entgrenzungen zwischen Arbeit und Nichtarbeit, Deregulierung von Arbeitsverträgen im herkömmlichen Sinn wird eingeführt (Vertrauensarbeitszeit im Home Office, überall und jederzeit wird gearbeitet, öffentlicher und privater Bereich verschmelzen, man ist 24 Stunden am Tag erreichbar, Scheinselbstständigkeit als Sparübung, Studienabgänger absolvieren mehrere Praktika und erleben, dass sie noch lange nicht genügen).

Der Trend hin Richtung Idealismus und Perfektionismus gründet demnach auf Störungen der Ich-Entwicklung von Einzelpersonen aber auch gesellschaftlich veränderten Bedingungen. Insgesamt kann festgestellt werden, dass das Bedürfnis nach Sicherheit und Identität bei zahlreichen Personen stark beeinträchtigt ist. Die Betroffenen versuchen innerlich und äusserlich bedingte zu kompensieren. Der Irrtum besteht darin, dass die Idealvorstellungen mit der abweichenden Realität gleichgesetzt, die Scheinwelt als Wirklichkeit definiert wird. Das Ideal wird somit zum allgemeingültigen Massstab. Gleichschaltungsmechanismen erhöhen Leistungsansprüche und erzeugen Druck. Solche Unterfangen müssen früher oder später scheitern – individuell und gesellschaftlich sind Krankheit und Krisen vorprogrammiert. Zurück zum Bild der Schiffreise: Unser Matrose hat sich einen wirklich prächtigen Strand auf Deck eingerichtet und diesen laufend verschönert. Mittlerweile ist Sturm und Nebel aufgezogen. Die ganze Mannschaft arbeitet hart, segelt auf Sicht und verhindert ein Kentern des Schiffs. Der Träumer merkt davon nichts. Er liegt alleine auf dem Liegestuhl, in seinem erdachten Paradies – einer Scheinwelt. Warum reagiert die Mannschaft nicht? Wo bleibt da nur der Kapitän, der diesen Taugenichts aufweckt – liegt der Chef etwa selber am Strand der Illusionen?

Wie kann die Kunsttherapie den beschriebenen Phänomenen begegnen? Wie kann eine lebendige Mitte gestärkt werden? Mittels Bilderreisen und Märchen-

---

<sup>2</sup> Germanis, O. (2015): Vortrag zum Thema ‚Führung unter Ungewissheit‘. FHNW Olten.

arbeit können bspw. innere Bilder erschlossen und bearbeitet werden, Ressourcen gestärkt, Selbsterfahrung und Kreativität unterstützt werden. Beim Üben künstlerischer Techniken und Ausdrucksformen kann achtsame, differenzierte (Selbst-)Wahrnehmung vertieft, Neues ausprobiert, experimentiert und die Ausdauer gefestigt werden. Dank kunsttherapeutischer Interventionen könne Aspekte, die sich zu diesem Zeitpunkt noch im Unbewussten befinden, ins Bewusstsein gehoben werden. Solche Aufwachmomente sind der Anstoss für Persönlichkeitsentwicklung und schaffen Realitätsbezüge. Dadurch kann das Vertrau-

en in sich Selbst und die Welt wachsen, die Gefühlswelt wird reicher und differenzierter. Ungewissheit wird jetzt erkannt und die dazugehörigen Ängste wahrgenommen und benannt. Anstelle von Idealbildern, Perfektion und Illusionen wachsen Lebendigkeit, Beziehungsfähigkeit und Gefühlsverbundenheit. Diese bilden wichtige Voraussetzung für Kreativität im Hier und Jetzt. Wenn Menschen öfter und mutiger schöpferisch Handeln, eindeutig verbunden sind mit sich und anderen, dann werden sie individuell und entwickeln eigenständige Arbeits- und Lebensformen.

Denise Arber © / 07.12.2015

