

# Brainlogs.de

## Neuro-Enhancement: Vom Enhancement zum Burnout?

---

Freitag, 9. Oktober 2009, von Stephan Schleim



Aus der Perspektive eines Burnout-Beraters schreibt Frank Berndt über das „Neuro-Enhancement“. Können die Menschen mit neuen Mitteln zur Leistungssteigerung den Wettlauf um immer größere Produktivität gewinnen? Steht hinter dem Wunsch, ein „Neuro-Enhancement-Präparat“ zu haben, vielleicht die Angst vorm Versagen? Lesen Sie selbst!

---

Zwei Safari-Teilnehmer werden von einem Löwen verfolgt. Keucht der eine: „Hoffentlich sind wir schneller als der Löwe!“ Darauf der andere: „Mir reicht es, wenn ich schneller bin als du!“

Was in dieser Geschichte vielleicht ein Schmunzeln abverlangt, ist in vielen Bereichen unserer Gesellschaft bittere Realität: Den Letzten beißen die Hunde. Als Coach und Trainer für das mittlere und obere Management fördere ich die Potenzialentfaltung und Leistungsoptimierung. Gleichzeitig stehe ich aber – so widersprüchlich es auch klingen mag – der „Höher-schneller-weiter-Maxime“ sehr kritisch gegenüber. Dies mag daran liegen, dass ich immer häufiger Führungskräften begegne, die an den ständig steigenden Erwartungen des Umfelds und ihrem eigenen Anspruch zerbrechen. Das Neuro-Enhancement ist aus meiner Sicht lediglich eine weitere Stufe in einem Wettlauf, den der Mensch auf lange Sicht nur verlieren kann.

Ein einfaches Beispiel: Frau M. ist eine leistungsstarke, dynamische Mitarbeiterin. Weil sich dies herumgesprochen hat, wird sie mit immer mehr Aufgaben betraut. Es kommt zur Überlastung. Um den Erwartungen, die in sie gesetzt werden, gerecht zu werden, engagiert sie einen Coach. Dieser hilft ihr, noch effizienter zu arbeiten. Ihr Vorgesetzter bemerkt die Leistungssteigerung und stellt fest, dass Frau M. viel weniger klagt als andere Kollegen. Da aus Kostengründen Stellen abgebaut werden müssen und Frau M. anscheinend noch Kapazitäten frei hat, erhält sie zusätzliche Verantwortungsbereiche. Damit gerät sie erneut an ihrer Leistungsgrenze. Nun greift sie zu

einem Neuro-Enhancement-Präparat (NEP). Dasselbe Spiel beginnt von vorn. Und es ist nur eine Frage der Zeit, bis Frau M. wieder an die Grenze ihrer Belastbarkeit stößt.

Mit anderen Worten: NEPs verschieben eine Grenze, lösen aber kein Problem!

Hinter dem Griff zum Medikament steckt – wie die Autoren des vorliegenden [Memorandums](#) richtig bemerken – ein Motiv, eine heimliche Hoffnung. Beim einen mag es der Wunsch sein, durch die Leistungssteigerung den Anforderungen von außen endlich gerecht werden zu können. Ein anderer sieht sich dadurch in der Lage, seine eigenen Ziele leichter zu erreichen. Ein Dritter verspricht sich einen Vorteil gegenüber Kollegen.

Wie auch immer das Motiv gelagert sein mag: Hinter allen Motiven steckt die Überzeugung, dass es – so wie es ist – nicht gut genug ist und es deshalb einer Leistungssteigerung bedarf. Letztlich lautet die Botschaft: „Ich bin, so wie ich bin, nicht gut genug.“ Und genau hier liegt das eigentliche Problem! Es gehört Größe dazu, zu seinen Defiziten zu stehen und eigene Grenzen zu akzeptieren. Es erfordert Mut, sich gegen ein ungezügelt Leistungsdictat zu stellen und mögliche Konsequenzen in Kauf zu nehmen. Es braucht Stärke, zu sagen: „Bis hierher und nicht weiter – auch wenn ich die Erwartungen anderer nicht erfülle und vielleicht nur der Zweitbeste bin: Ich bin, so wie ich bin, mit meinen Stärken, Schwächen und Grenzen in Ordnung!“

Sicher: Eine derartige Einstellung mag nicht so recht in unsere Leistungsgesellschaft passen. Aber sie zeugt von einem gesunden Selbstwertgefühl!

Seit vielen Jahren berate und begleite ich Führungskräfte, [die am Burnout-Syndrom leiden](#). In vielen Fällen kristallisiert sich heraus, dass sich hinter dem extremen Leistungswillen häufig ein geringes Selbstwertgefühl verbirgt und die enorme Leistungsbereitschaft der Versuch ist, dieses zu kompensieren.

Sehr hohe Ideale, Perfektionismus, die Unfähigkeit „Nein“ zu sagen, die Angst vor Ablehnung, die Angst den Erwartungen anderer nicht zu entsprechen, die Angst vor Versagen, die Angst vor Kritik, die Angst unterzugehen, es nicht zu schaffen – all das sind nicht nur die Motive, die Menschen zu NEPs greifen lassen, sondern auch die „inneren Antreiber“, die sie geradewegs in den Kollaps führen.

Anstatt sich in Methoden des Neuro-Enhancements zu flüchten, plädiere ich dafür, dass wir uns unseren „inneren Antreibern“ stellen. Hüten wir uns davor, unseren Kindern NEPs zu verabreichen und ihnen damit unausgesprochen die Botschaft zu vermitteln: „So wie du bist, bist du nicht gut genug!“ Stärken wir stattdessen ihr Selbstwertgefühl, indem wir weder sie noch uns selbst einem Leistungsdictat unterwerfen! Eine Vier ist immer noch „ausreichend“! Und nicht immer hängt der Fortbestand unseres Planeten an unserer eigenen Bestleistung!

Um kein Missverständnis entstehen zu lassen: Einer Laissez-faire-Haltung rede ich damit nicht das Wort. Im Gegenteil! Ich trainiere Führungskräfte, ihr Potenzial zu entfalten und ihr Bestes zu geben. Allerdings bin ich auch der Überzeugung, dass nur diejenigen, die ein „Ja“ zu sich selbst und seinen eigenen Grenzen haben, langfristig in der Lage ist, hohe Leistung zu bringen.

Die Autoren des vorliegenden Memorandums schließen mit der Aussage, dass „die Befürchtungen gegenüber der Nutzung von NEPs oft auf einem negativen Menschenbild basieren“. Ich glaube, das Gegenteil ist der Fall.

Man braucht ein positives Menschenbild – ein Ja zur „Version 1.0“ – und ein gesundes Selbstwertgefühl, um auf NEPs zu verzichten!

LINKTIPP: Gehirn&Geist-Sonderseite "[Neuro-Enhancement](#)" mit zahlreichen Artikeln und weiteren Informationen zum Thema

---



Frank H. Berndt (Jahrg. 1969) ist zertifizierter individualpsychologischer Coach und seit vielen Jahren in der Begleitung und Entwicklung von Führungskräften tätig. Der Autor und Dozent an div. Akademien (Wirtschaft, Staat, NPO) berät darüber hinaus Unternehmen im Bereich Burnout-Prävention und unterstützt betroffene Manager in der Überwindung des [Burnout-Syndroms](http://www.burnout-fachberatung.de) ([www.burnout-fachberatung.de](http://www.burnout-fachberatung.de)).