



Thema

Was ist schon normal?

Michael misst 2,11 Meter. In der Schule ist er immer der Grösste. Sein Spitzname ist «Longo». Er wird gehänselt, die Mädchen lachen ihn aus. Halbwegs modische Schuhe in Grösse 50 kaufen – eine unendliche Suche. Kleider auswählen, die irgendwie passen – schwierig. Inzwischen besitzt er sein eigenes Haus mit extra hohen Zimmern. Die Türrahmen sind 20 Zentimeter höher als normal. «Ich möchte wenigstens in meinem eigenen Haus durch die Türe gehen können, ohne den Kopf einziehen zu müssen.»

Wer bestimmt, was normal ist? Welcher Lebensstil – leicht chaotisch, kreativ oder solide und angepasst – ist normal? Ist es normal, pünktlich nach 8,5 Stunden seine Arbeit zu beenden, 40 Jahre lang einen geordneten Tagesablauf zu haben – oder jeden Tag neu zu gestalten, viele Freizeitaktivitäten zu haben und einen eher unkonventionellen Lebensstil zu führen? Wie klein, wie gross muss man sein, um noch als normal durchzugehen? Bin ich nur dann in die Gesellschaft integriert, wenn ich permanent per Facebook, WhatsApp, Twitter oder Instagram online bin?

Unter Normalität leiden

Wer ist hier normal? Das Mädchen in der Primarschule, das aufmerksam, ruhig und ohne zu stören dem Unterricht folgt – oder der Junge, der unruhig auf seinem Stuhl herumrutscht, laufend aus dem Fenster schaut und das Ende der Unterrichtsstunde kaum erwarten kann? Dann voller Ideen nach Hause rennt und seine Freiheit genießt. Ist der, der an ADHS leidet, denn normal? Ist seine Nicht-Angepasstheit, die Zappeligkeit, die Unruhe, seine oft hohe Intelligenz und Kreativität ein Ausdruck einer psychischen Abnormalität?



Oder die Studentin, die fünf Sprachen fließend spricht, ihr Hochschulstudium mit Bestnoten abschliesst. In der Schule gilt sie als «kompliziert» und «anstrengend». Als sie einen besonders schwierigen Test fehlerfrei ausfüllt, wird ihr unterstellt, sie habe geschummelt. Hochbegabung wird zum Thema. Doch ihr Lebenslauf verläuft alles andere als ein Höhenflug und gradlinig. Nicht wenige Hochbegabte erleben ihre Schule als belastend.

Wer definiert die Norm?

Ganz sicher spielt der soziokulturelle Hintergrund eine wichtige Rolle, wenn es um die Definition von «Normalität» geht. Was in Afrika als normal gilt, ist es bei uns noch lange nicht. Lebensgewohnheiten unterscheiden sich und werden jeweils unterschiedlich bewertet und befunden. Selbst zwischen Stadt und ländlichem Raum gibt es deutliche Unterschiede in der Lebensgestaltung. Lieber Bratwurst oder gegrillte Heuschrecken? Wer definiert eigentlich, was normal ist? Ist es nicht oft nur das, was alle gleich machen? Normal sein ja, aber ja nicht der Norm entsprechen! Überhaupt nicht cool ist das «Normalsein» beim Outfit. Eine möglichst verrückte Frisur, besonderer Haarschnitt, individueller Style im Auftreten.

In unserer Kultur gilt es als akzeptiert, dass Menschen ihren Glauben wechseln. Sei es als Atheist, Christ, Muslim oder als Anhänger einer östlichen Religion. Was bei uns als normal gilt, allenfalls ein Fragezeichen auf das Gesicht des Gegenübers bringt, ist in radikal-islamischen Gesellschaften undenkbar. Menschen werden beim Religionswechsel verprügelt, erhalten Morddrohungen. Ihre Häuser und Kirchen werden zerstört. Es ist ein Tabu, vom Islam zum Christentum zu konvertieren. Keine Spur von Normalität! Und doch geschieht dies zurzeit in vielen islamischen Ländern wie dem Iran und in Syrien.

Nicht das eine oder das andere ist normal, sondern beides!

Neue Normalität

Ganz anders definiert Gerd Nagel den Begriff Normalität: Seit seiner aktiven Zeit als Onkologe ist er mit dem Thema «Patientenkompetenz» unterwegs. Dabei geht es darum, dass Arzt und Patient in einer Behandlungssituation auf Augenhöhe kommunizieren. Der Arzt informiert den Patienten, aber der Patient muss herausfinden, was er in dieser Krisensituation für sich tun kann. Wo liegen seine inneren Ressourcen? Das kann sein soziales Netz betreffen, seinen Beruf, Zeiten der Kontemplation. Gerd Nagel versteht eine Krise als Bedrohung der gewohnten Normalität im Leben. Das Trauma einer Pensionierung, Ehekrise oder der Tod eines Angehörigen. Kompetenz zeige sich da, wo es gelingt, mit einer neuen Situation umzugehen und sie als neue Normalität zu akzeptieren.

FENSTER ZUM SONNTAG und «Normalität»

Es muss normal sein, dass der andere anders ist. Nicht das eine oder das andere ist normal, sondern beides! Es ist anders, es ist kreativ, innovativ und ungewohnt. Aber es ist normal. Oft heisst «Du bist wohl nicht normal» – Du bist anders. Wir bewerten Menschen oft wegen ihrer Andersartigkeit und verletzen sie nicht selten. Nicht was von aussen an uns herangetragen wird, ist einfach normal, sondern das was Menschen für sich selbst als «normal» erkennen können.

Die Magazinsendung mit Aline Baumann nimmt dieses Thema auf und geht der Frage nach, wie Menschen mit ihrer spezifischen Normalität leben, wie sie ihren Alltag gestalten und den immer wiederkehrenden Herausforderungen die Stirn bieten. So wie du bist, ist es normal! Am Wochenende 30./31. Januar 2016 im FENSTER ZUM SONNTAG.

Jürgen Single, Chefredaktor FENSTER ZUM SONNTAG