

Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf
Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf
Band: 13 (1903)
Heft: 6

Rubrik: Berufswahl und Nerven

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 21.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

kann man aus 5. Moses 22, 13 ff. sehen“ (Kinzler). So gelang es Moses, indem er zugleich die Vielweiberei stillschweigend duldete, ein Geschlecht heranzuziehen, von dem die schauerlichen Verirrungen fleischlicher Lust ferngehalten wurden, an denen schließlich alle Kulturvölker des Altertums zu Grunde gegangen sind und die auch schon bedenklich am Lebensfein des deutschen Volkes nagen¹⁾.

Ihre Krönung erhalten bei Moses alle diese heilsamen Einrichtungen und Verordnungen durch die Arbeit, deren Segen er seinem Volk nachdrücklich ans Herz legt. Zwar ist die Arbeit im Schweiße des Angesichts ursprünglich als eine Last dem in Sünde gefallenem Menschen auferlegt worden; aber sie hat sich für ihn nach der weisen Absicht Gottes bald in einen unberechenbaren Segen verwandelt. Das erkennt Moses mit klarem Geiste; und wie nach Gottes Willen kein Armer in Israel sein sollte, so auch kein Fauler. „So jemand nicht will arbeiten, der soll auch nicht essen“ verkündigt Moses in Jehovas Namen. Damit kam auch der Doktor Bewegung zu seinem Rechte, und der Tropfen Schweiß, der allezeit Goldes wert gewesen ist.

Moses hat sich um sein Volk unsterbliche Verdienste erworben. Sie liegen zum Teil auf ganz anderen Gebieten, als diejenigen, die hier berührt wurden. Aber schon die Gesetze und Verordnungen, die er als Volksgesundheitslehrer erlassen hat, sichern ihm einen Ehrenplatz unter den Wohltätern seines Volkes nicht nur, sondern der ganzen Menschheit.

J. K.

Berufswahl und Nerven¹⁾.

Viel wird über die sogenannte Berufswahl geredet und geschrieben und dieselbe von allen möglichen Seiten aus betrachtet. Es dürfte daher auch einmal eine Behandlung der Frage vom hygienischen Standpunkt aus am Platze sein.

Nur bei einer verhältnißmäßig kleinen Zahl von Menschen wird die Berufswahl durch einen mächtigen, von innen heraus offenbarten Trieb nach einer bestimmten Richtung geleitet. Bei der überwiegenden Mehrheit sprechen der Zufall oder äußere Einflüsse ein sehr gewichtiges, häufig sogar das ausschlaggebende Wort mit. Die Eltern haben in dieser Beziehung eine besonders schwere Verantwortung, da es ihrem Ermessen zunächst anheimgestellt ist, das Interesse ihrer Kinder in eine geeignete Bahn zu lenken und so für sie einen Beruf ausfindig zu machen, in dem sie später etwas Nützlichendes leisten und auch sich glücklich fühlen können. Zur Beantwortung der wichtigen Frage nach der Berufswahl ihrer Kinder, müssen die Eltern deren Veranlagung kennen und außerdem ihre Erfahrungen von den verschiedenen Berufen berücksichtigen. Durch den Vergleich dieser gegebenen Faktoren werden sie dann den Schluß daraus gewinnen, welche Berufsstellung die passendste für den werdenden Bürger der Gesellschaft sein dürfte. Daß die Eltern ihre Aufgabe betreffs der Anleitung ihrer Kinder zu einem bestimmten Berufe nicht immer verstehen, davon legen die nur allzu häufigen Beispiele von Menschen, die sich in ihrem Berufe dauernd unglücklich fühlen und die das Bewußtsein mit sich herumtragen, ihren eigentlichen Beruf ver-

¹⁾ Die Sitte der Beschneidung bestand vor Moses in Israel. Sie fand sich z. B. auch bei den Ägyptern und Arabern.

¹⁾ Aus: „Rh. Merkur“ in Köln. (Der Herausgeber).

fehlt zu haben, ein entsprechendes Zeugnis ab. Die Eltern werden freilich gar nicht immer in der Lage sein, einen bestimmten Einfluß auszuüben, aber wer nun auch im einzelnen Falle die Verantwortlichkeit tragen mag, ein wenig Belehrung über die Punkte, die dabei zu berücksichtigen sind, können die meisten noch übertragen. Eine solche Belehrung gibt Doktor Eduard Hirt, aus München in den „Blättern für Volksgesundheitspflege“, indem er hauptsächlich darauf aufmerksam macht, daß die nervöse Veranlagung eines Menschen in ganz besonderem Maße beachtet werden sollte, ehe über die Berufswahl des Betreffenden entschieden wird. Die Klagen über einen verfehlten Beruf, so sagt Dr. Hirt, und die Klagen über schlechte Nerven sind heute gleich häufig, und schon aus der einen Tatsache, daß es ganz dieselben Leute zu sein pflegen, die über ihren Beruf jammern, wäre mit Wahrscheinlichkeit auf einen inneren Zusammenhang dieser Leiden zu schließen.

Es soll nun an einigen Beispielen, die durchaus, wie jeder wird bezeugen können, aus dem Leben gegriffen sind, ein Nachweis dieses Zusammenhanges geliefert und darauf hingedeutet werden, daß Nervenleiden einerseits durch Erlebnisse in einem nicht passenden Beruf erzeugt, andererseits durch eine richtige Berufswahl vermieden werden können. Daß der persönlichen Neigung eines jungen Menschen bei der Entscheidung über die Zukunft seiner Arbeit und seines Lebens ein weitgehender Einfluß gewahrt werden soll, ist ein wohl allgemein anerkannter Grundsatz. Wenn die tägliche Arbeit nur erzwungen und widerwillig geleistet wird, kann eine günstige Entwicklung der Leistungsfähigkeit und ein Wohlbefinden des Menschen nicht bestehen. Die innere Neigung sollte also den Ausschlag geben, wenn sie als gesund angenommen werden kann. Aber auch das Gegen-

teil tritt oft genug ein, nämlich eine Schädigung der Nerven in einem mit Lust und Liebe ausgeübten Beruf. Wenn jemand derart in seinem Streben aufgeht, daß er sich mit der Bemessung der Arbeitszeit und des Arbeitstempos gar keine Schonung auferlegt, so wird er gerade durch seine Begeisterung für den Beruf Schaden nehmen, indem mit Notwendigkeit allmählich eine Erschöpfung der Nerven eintritt. Das sind die Menschen, die Dr. Hirt als Invaliden auf dem Schlachtfeld des Kampfes der Geister bezeichnet. Es ist oben die Wendung gebraucht, einer Neigung sollte stattgegeben werden, wenn sie als gesund angenommen werden kann; man könnte auch sagen: Wenn der Mensch selbst als völlig nervengesund betrachtet werden kann. Was heißt das nun aber? Welches sind die Merkmale für eine vollkommene Gesundheit der Nerven? — — Bei einer großen Reihe von Menschen wird darüber niemand im Zweifel sein, daß ihr Nervensystem gänzlich gesund ist, wie es andererseits von einer ebenso großen Menge feststeht, daß die Nerven sich in einem nicht gesunden Zustand befinden. Zwischen diesen beiden Gegenständen steht aber die große Zahl derer, die eben noch gerade gesund zu nennen sind. Das sind meist Menschen aus nervösen Familien, bei denen eine besondere Veranlagung vorhanden ist, die sich in einem gewissermaßen labilen Zustand des Nervensystems äußert. Diese Veranlagung zeigt sich bisweilen in auffallender, geradezu genial zu nennender Begabung, andererseits kommen Sonderlinge und gänzlich verkommene Glieder in solchen nervösen Familien vor. Jedenfalls ist in diesem Falle die Rücksichtnahme auf den Nervenzustand bei der Berufswahl von allergrößter Bedeutung, da schon ein geringer Reiz, der dauernd auf solche Menschen einwirkt, für sie verhängnisvoll werden kann. Hier wäre es, wo die Eltern oder

Erzieher, die bei der Berufswahl ein letztes Wort mitzusprechen haben, einen Arzt zu Räte ziehen sollten, der möglichst den betreffenden jungen Menschen schon seit längerer Zeit kennen und beobachtet haben muß.

Es lassen sich verschiedene Typen nervenschwacher Naturen unterscheiden. Eine gemeinsame Eigenschaft aller ist die große Empfindlichkeit gegen den Mißbrauch geistiger Getränke. Das ist bei der Berufswahl zunächst in Rücksicht zu ziehen. Berufe, die eine häufige und starke Verlockung zu größerem Genuß berauschender Getränke darbieten, sollten daher von nervös veranlagten Leuten gemieden werden; dazu gehören also das Gewerbe des Gastwirts, der Matrosen- und Soldatendienst, der Stand der Fuhrleute und Geschäftsreisenden. Es darf ihnen auch durch ihren Beruf nicht die Zeit zu Schlaf und Erholung verkürzt werden, wie das bei Eisenbahnbeamten, Krankenwärtern und Kellnern der Fall ist. Auch das Studentenleben kann in diesem Zusammenhang besondere Gefahren bieten, wie genugsam bekannt. Sehr bedeutsam ist ferner der Umstand, das ein nervenschwacher Mensch nicht einen Beruf ergreifen sollte, in dem er dauernd mit Sorgen zu kämpfen hat. Das ist ja nicht immer zu vermeiden, aber bei einigen Berufsarten währt es doch länger bis zum Ziel einer behaglichen wirtschaftlichen Selbstständigkeit als bei anderen. Gerade die gelehrten Berufe werden unbemittelten jungen Leuten aus diesem Grunde häufig verhängnisvoll. Nur sehr gesunde Naturen vermögen sich durch dauernde Entbehrungen der Jahre auf der Schule und auf der Universität durchzuarbeiten, wenn sie sich neben ihrem Studium durch Stundengeben, durch Stenographieren, durch Kanzleiarbeiten und ähnliches ihren Unterhalt oder wenigstens einen wesentlichen Zuschuß erwerben müssen.

Daß für nervöse Menschen solche Berufe nicht taugen, die besondere körperliche Anstrengungen oder Vergiftungsgefahren mit sich bringen, versteht sich von selbst.

Sehr lehrreich sind die besonderen Ausführungen von Dr. Hirt über die Typen der Nervösen. An die Spitze stellt er die Klasse von Menschen, die sich über jede Kleinigkeit aufregen. Schon in der Kindheit treten bei den so Veranlagten deutliche Anzeichen übermäßiger und daher ungesunder Erregbarkeit auf: unruhiger Schlaf, Reizbarkeit, ängstliches Wesen, häufige Zerstreuung, Kopfschmerzen u. s. w. Hier sollte bei der Berufswahl mit großer Vorsicht verfahren werden. Das Studium eines gelehrten Berufes paßt ebenso wenig wie die Berufe, die starke Anforderungen an die Leistungsfähigkeit einzelner Muskeln stellen; letztere sind deshalb zu vermeiden, weil dadurch häufig die Entstehung von Lähmungen oder schmerzhaften Krämpfen bedingt wird. Das beste Rezept für solche junge Leute ist die Behinderung einer zu frühen geistigen Reise. Im übrigen sollten Berufe gewählt werden, die von Aufregungen möglichst frei sind, etwa die Tätigkeit eines Gärtners, eines Landmannes, eines Försters oder gewisser Vertreter eines Handwerkes. Eine weitere Gruppe bilden die Menschen, die von früher Jugend an an einer Art von Trübsinn leiden. Sie wittern überall Unglück und Mißhandlung und werden ihres Lebens nicht froh; sie neigen zu einer Unterschätzung ihrer Leistungen, kommen sich überflüssig vor, tragen sich sogar nicht selten mit Selbstmordgedanken, leiden auch an körperlichen Beschwerden, mangelndem Appetit und Schlaflosigkeit und sehen sich selbst fortwährend veranlaßt, ihrer näheren Umgebung und der Welt im allgemeinen die Schuld an ihrer schlechten Laune und ihren mißlichen Erfahrungen zuzuschreiben. Solche Leute können nur in einem Berufe glücklich werden, der

ihnen gesicherte Verhältnisse bei nicht zu großer Verantwortung und bei dankbarer Arbeit gewährt. Für ein rücksichtsloses Draufgehen, für Wetten und Wagen sind sie nicht geschaffen, auch nicht für eine Tätigkeit, die ihnen neben großen körperlichen und geistigen Strapazen viele bedrückende Erfahrungen bringt, wie die Tätigkeit eines Arztes. Eine dritte Reihe der Nervösen leidet an Zwangsvorstellungen. In der Kindheit zeigen sich diese in der Sorge, mit den Schulaufgaben nicht fertig zu werden oder dies oder jenes vergessen zu haben; späterhin quälen sie sich mit den unnützeften Gedanken, warum sie etwas so und nicht anders gemacht hätten u. s. w. Man kann auch noch andere kleine Symptome anführen: zwei Briefumschläge mit verschiedener Bestimmung müssen mehrmals geöffnet und nachgesehen werden, damit mit ihrem Inhalte nicht etwa eine Verwechslung vorkomme; die Furcht, die Tür nicht verschlossen oder die Lampe nicht ausgelöscht zu haben, verfolgt diese Nervösen oft bis in den Schlaf. Die Jugenderziehung vermag dagegen durch Abhärtung und dauernde liebevolle Belehrung viel, dennoch weichen die Zwangsvorstellungen selten gänzlich. Die so veranlagten Menschen taugen nicht zu Berufen, die ein öffentliches Auftreten erfordern, wie der eines Lehrers, eines Richters oder Anwalts. Nur ein möglichst sorgenfreies Leben bei reichlicher Gelegenheit zu körperlicher Bewegung kann der Gefahr eines unglücklich verbrachten Lebens begegnen. Für hysterische Menschen gibt Dr. Hirt ebenfalls besondere Anweisungen.

Es geht aus diesen Erörterungen bereits zur Genüge hervor, welche Bedeutung der nervösen Begabung bei der Berufswahl beizumessen ist. In einem passenden Beruf kann ein schwaches Nervensystem völlig gesunden, durch eine mit dem Beruf zusammenhängende unzweckmäßige Lebensführung eine völlige Entartung herbei-

geführt werden. Darüber eine Aufklärung zu schaffen, ist eine der hervorragenden Aufgaben, da von ihrer Erfüllung die Zukunft eines Volkes abhängig ist, indem es auf der einen Seite zum Fortschritt, auf der anderen Seite zur Verschlechterung der Rasse geführt wird.

Großstadt-Ethik.

von

Marie Landmann, Breslau.

Daß der Begriff der Sittlichkeit kein feststehender ist, vielmehr sich nach Zeit und Ort wandelt, — welcher Beobachtende und Denkende möchte das jetzt noch bestreiten?

So hat die alte, einst so hoch geschätzte Tugend der Gastfreundschaft bei uns ihren Wert nahezu eingebüßt, weil die Notwendigkeit ihrer Uebung aufgehört hat. Und die kriegerische Tapferkeit, durch Jahrtausende die Krone aller Mannestugend, wird sie nicht auch früher oder später anderen Tugendbegriffen weichen müssen? Der Wilde hat andere sittliche Normen, als der zivilisierte Mensch und der Großstädter andere als der Bewohner der Kleinstadt oder des platten Landes. Was dieser in harmloser Willkür übt, ohne einen Nebenmenschen zu schädigen, wird bei jenem brutales Unrecht an seines Nächsten Wohlbefinden, Gesundheit und Eigentum. Auf dem Lande gebietet die Menschenliebe nur, sich des Nächsten hilfreich anzunehmen. In der Großstadt befiehlt sie noch weit dringender, ihn möglichst wenig zu belästigen.

Aus dem engen Neben- und Uebereinanderwohnen der Menschen ergiebt sich die Notwendigkeit von Rücksichten, an die der Landbewohner und Kleinstädter nicht denkt und nicht zu denken braucht, die aber auch — leider — der Mehrzahl der Großstädter noch so fremd sind, als ob sie in weltferner Einsamkeit leb-