

Zeitschrift:	Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers
Herausgeber:	Schweizerischer Verein für Heimerziehung und Anstaltsleitung; Schweizerischer Hilfsverband für Schwererziehbare; Verein für Schweizerisches Anstaltswesen
Band:	30 (1959)
Heft:	1
Artikel:	Gefährliches Stillestehen [i.e. Stillstehen] : die notwendige Atempause
Autor:	E.D.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-808203

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: 09.02.2026

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

FACHBLATT FÜR SCHWEIZERISCHES ANSTALTSWESEN

REVUE SUISSE
DES ETABLISSEMENTS HOSPITALIERS

Nr. 1 Januar 1959 - Laufende Nr. 323

30. Jahrgang - Erscheint monatlich

AUS DEM INHALT:

Das «Neuthal» — renoviert und vergrössert
Ueber die Ernährung im Alter
Der Aussenseiter in der Heimgruppe
«Um die Liebe» — Tagebuchnotizen
Was ist Arbeitserziehung?
Im Land herum
Hinweise auf wertvolle Neuerscheinungen

Umschlagbild: Das Alters- und Erholungsheim
«Neuthal» in Berlingen TG. — Siehe unseren
Bericht auf Seite 11.

REDAKTION: Emil Deutsch, Marchwartstrasse 71,
Zürich 38, Telefon (051) 45 46 96

DRUCK UND ADMINISTRATION: A. Stutz & Co.,
Wädenswil, Telefon (051) 95 68 37, Postcheck VIII 3204

ABONNEMENTSPREISE: pro Jahr Fr. 12.—,
Ausland Fr. 15.—

VSA

Gefährliches Stillestehen

Die notwendige Atempause

Vor einiger Zeit begab sich einer unserer Mitarbeiter, dank eines ihm zugeflossenen Stipendiums, zu einem Studienaufenthalt nach Amerika. Wir freuten uns aufrechtig über diese Möglichkeit. Wie erstaunt waren wir deshalb, als man uns von befreundeter Seite fragte, ob dieser Studienaufenthalt den Tatsachen entspreche. Natürlich bejahten wir dies, worauf man uns entgegnete: «Was nützt das unserem Betrieb!»

An diese kleine Begebenheit wurden wir vor wenigen Tagen erinnert, als wir, von einem dreitägigen Weiterbildungskurs zurückgekehrt, von Kollegen gefragt wurden: «Und jetzt, was nützt uns das, was ihr während drei Tagen über ‚Freizeit‘ diskutiert habt?»

Wir glauben, dass es an der Zeit ist, hier wieder einmal etwas deutlich zu sagen. Als wir vor vielen Jahren in unsere Arbeit traten, setzte sich eines nachmittags ein älterer, erfahrener Kollege zu uns. Ihn interessierte es, wie der Neuling und jüngste im Kollegium seine Arbeit bewältigte. Dann berichtete er uns von seinen eigenen Erfahrungen und Wandlungen, die er im Laufe der Jahrzehnte durchgemacht hatte. «Es gibt nie Stillstand, immer ist alles im Fluss», sagte er uns. «Sie werden es erleben, dass früher oder später auch Sie Wandlungen durchmachen und Ihre Arbeit anders beurteilen. Offen sein, bereit sein, darauf kommt es an.» Oft kommt uns jener Nachmittag mit unserem Kollegen, der sich längst im «arbeitsreichen Ruhestand» befindet, in den Sinn. In der sozialen Arbeit liegt die grosse Gefahr, dass wir «untergehen». Was an Arbeitsanfall heute bewältigt werden muss, ist zweifellos so viel, dass man kaum recht zu atmen wagt. Wir finden nur selten Zeit, uns in Berufsliteratur zu vertiefen. Die Freizeit, das heisst jene Stunden, in denen wir ganz Ich sein können, schrumpfen auf ein Minimum zusammen. Zum geselligen Zusammensein im Kollegenkreis reicht es nur höchst selten. Wir fragen uns sogar, ob wir unsere Ferien voll beziehen sollen,

weil wir unter dem Eindruck stehen, dass wir ja damit nur gestraft werden, weil wir nachher während Wochen kaum ein und aus wissen. Kommt zufällig eine Einladung zu einem Kurs oder einer Tagung ins Haus, verwerfen wir die Hände und sind sprachlos, wie man uns auch das noch zumutet. So sieht der Alltag aus, ob du im Büro einer Fürsorgeinstitution oder an verantwortlicher Stelle im Heim oder Anstalt stehst.

Vor mehr als zwei Jahrzehnten mühten wir uns eines vormittags mit einer Schulklassie. Es wollte und wollte einfach nicht vorwärts gehen; all unsere Anstrengungen nützten nichts, die kleinen Kindergehirne blieben verschlossen. Niedergeschlagen klagten wir in einer Pause einem Kollegen unsere Not. «Mach einen Punkt; lass dieses Problem einige Tage liegen, arbeite etwas anderes mit deinen Schülern, dann wirst du erleben, dass es plötzlich wie von selbst rollt», das war der Rat des Erfahrenen. Er hat Recht bekommen.

Es geht vielfach um die Atempause. Gerade dann, wenn wir in der Arbeit ertrinken und uns kaum zu wehren wissen und meinen, wir müssten auch die Nächte zum Tag und die Sonntage zu Arbeitstagen machen, gerade dann ist es Zeit, eine Atempause einzuschalten. Weil diese Situation in der sozialen Arbeit sozusagen zur Norm geworden ist, müssen wir, so wir verantwortungsbewusst in unserer Arbeit stehen, von Zeit zu Zeit eine Pause einschalten. Dabei ist es nicht immer wichtig, ob wir das Gehörte und Gelernte und Aufgeschriebene sofort im Alltag in die Tat umsetzen können. Gewiss spielt die Weiterbildung keine kleine Rolle. Aber wir meinen, dass das Zusammensein, das gemeinsame Arbeiten, das gemeinsame Lied und Spiel im Kreise Gleichgesinnter Wunder wirken kann. Die eigene Bürde wird bedeutend kleiner, wenn man sieht und hört, dass es andern nicht besser geht und eigentlich gar nicht so viel Grund zum Jammern vorhanden ist. Die eigene Bürde wird bedeutend kleiner, wenn man im Kreise von Mitarbeitern aller Grade und Schattierungen unbeschwert fröhlich sein kann. Und nicht zuletzt wird die eigene Bürde bedeutend kleiner, wenn man feststellen und zur Erkenntnis kommen darf, dass wir *das Vorrecht haben, als Sozialarbeiter in einer beglückenden Arbeit zu stehen*, um die uns Tausende beneiden können und die in ganz besonderer Weise persönlichkeitsbildend wirkt.

Unter der Atempause verstehen wir deshalb nicht einfach seliges Nichtstun in der Einsamkeit und Abgeschiedenheit, so sehr das zu seiner Zeit auch seine Berechtigung haben mag. Es geht uns heute viel mehr darum, zu erkennen, dass zur Atempause auch die absolut notwendige *Gemeinschaft mit Berufskollegen innerhalb gemeinsam verbrachter Tagungen und Kurse* gehört. Es ist nämlich nicht so, dass diese Stunden, wie leicht gesagt wird, uns noch mehr belasten. Wir haben schon so manchesmal erlebt, dass aus solcher Gemeinschaft Entspannung, Erholung, neue Kraft und froher Mut hervorgehen, und wir unsern Alltag wieder im rechten Licht sehen.

Der Einwand, dass man auch gerne an einem Kurs oder einer Tagung teilnehmen möchte, die viele Arbeit jedoch dies nicht erlaube, halten wir für sehr gefährlich und grundfalsch. In dieser Haltung liegt ein Stück Selbstüberheblichkeit, so als ob wir sagen möchten: meine Anwesenheit im Betrieb ist absolut unumgänglich, ohne mein Dasein geht es nicht. Gerechterweise anerkennen wir, dass es Situationen geben kann, die

unsere Anwesenheit unbedingt erfordern. Doch sind dies bestimmt Ausnahmen und niemals die Regel. Beschwinger, leichter, zuversichtlicher wird alle Arbeit nach einer Atempause angepackt. Haben wir vergessen, wieviel von unserer eigenen inneren Haltung auf alle Menschen um uns her ausstrahlt? Liegt nicht das Verhalten vieler uns Anvertrauter in unserer eigenen Haltung bedingt?

Atempausen kosten, wenn auch nicht viel, Geld. Tagungen und Kurse kosten Geld. Wir meinen, dass jeder bereit sein soll, hier ein Opfer zu bringen. Wichtiger scheint uns jedoch, dass Vorgesetzte und Kommissionen die Notwendigkeit dieser Entspannung erkennen und fördern. Wir vermissen immer noch die Aufmunterung, Anregung und Einladung von «oben», das heißt der vorgesetzten Stellen. Damit, dass man einmal im Jahr an einer Jahresversammlung teilnimmt, ist das Problem nicht gelöst. Viel mehr ist nötig. Das Interesse an regelmässiger Weiterbildung sollte auch in staatlichen Betrieben ganz anders gefördert werden. In der sozialen Arbeit geht es zudem im besonderen noch darum, die absolut notwendigen Atempausen zu gewähren und diese durch Uebernahme der Kosten zu erleichtern.

Direktionen, Kommissionen und Vorgesetzte haben sich immer mehr mit Urlaubsgesuchen, meist durch gestörte Gesundheit der Mitarbeiter bedingt, zu befassen. Man könnte auch hier Vorsorge schaffen, indem man rechtzeitig der seelischen Gesundheit der Mitarbeiter Rechnung trägt und Beachtung schenkt. Das *Arbeitsklima*, das so wichtig ist für ein gedeihliches Zusammenwirken, sollte eben auch von «oben» begünstigt und gefördert werden. Dazu tragen Atempausen in jeder Form, insbesondere gemeinsam verbrachte Tage mit Gleichgesinnten, wesentlich bei. Jeder einzelne, der in der sozialen Arbeit drin steht, muss wissen, dass Stillestehen für ihn gefährlich werden kann. Ebensosehr sollte jedoch dieses Stillestehen verhindert und wenn nötig beseitigt werden durch grosszügige und verständnisvolle Führung und Förderung durch die vorgesetzten Stellen.

E. D.

Parolen zum neuen Jahr

Was verdeckt den Geistern das neue Jahr? — Ist es ein Bühnenvorhang? — Ein Sargdeckel oder eine Wiegendecke? — Wer zweifelt, verzweifelt; Angst verkündet den gezückten Donnerschlag über dem Haupte. Wer hofft, hat schon gesiegt. Jean Paul

*

Das Schicksal mischt die Karten, wie und wenn es will. Jeder kennt seinen Glücksstern, wie auch sein Talent: Denn hiervon hängt es ab, ob er sein Glück macht oder verscherzt. Er wisse seinem Stern zu folgen, ihm nachzuhelfen, und hüte sich ihn zu vertauschen; denn das wäre, wie wenn man den Polarstern verfehlt, auf welchen doch der nahe kleine Bär hindeutet. Balthasar Gracian

*

Ich kann freilich nicht sagen, ob es besser werden wird, wenn es anders wird; aber soviel kann ich sagen, es muss anders werden, wenn es gut werden soll. Georg Christoph Lichtenberg