

<b>Zeitschrift:</b>	Fachblatt für schweizerisches Heim- und Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers
<b>Herausgeber:</b>	Verein für Schweizerisches Heim- und Anstaltswesen
<b>Band:</b>	45 (1974)
<b>Heft:</b>	6
<b>Artikel:</b>	Spannungsfelder und Spannkraft in der Heimerziehung : (Einführungsreferat der Ehemaligen-Zusammenkunft der Heimerzieherschule Rorschach vom 16. März 1974)
<b>Autor:</b>	Huber, Max
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-806590">https://doi.org/10.5169/seals-806590</a>

### 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:** 09.01.2026

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

# **Spannungsfelder und Spannkraft in der Heimerziehung**

(Einführungsreferat der Ehemaligen-Zusammenkunft  
der Heimerzieherschule Rorschach vom 16. März 1974)

Liebe Heimmitarbeiter,

bestimmt wird jedes aus eigener Erfahrung Beiträge leisten können zu diesem faszinierenden Tagungsthemma.

Um die Weite der angeschnittenen Problematik mit einigen Grenzpfählen abzustecken, werde ich die Elemente des Titels näher betrachten und sie am Schluss lose miteinander verbinden. Vieles darf ja nur angeschnitten oder offen bleiben, damit Sie darüber diskutieren können.

Also fragen wir: Was könnte ich unter Spannung und Spannungsfeld verstehen? Wo finde ich diese in der Heimerziehung? Was könnte mit Spannkraft gemeint sein? Welche Bedeutung hat diese in unserer Arbeit?

## **Spannung und Spannungsfelder**

Suchen wir nach diesen Begriffen, so begegnen uns: Spannung — Entspannung, spannen — entspannen, gespannt — entspannt — verspannt — überspannt, freudig gespannt — hektisch gespannt, krampfhaft gespannt.

Sehen wir noch näher hin, entdecken wir den Begriff «Spannung» in beinahe allen Wissenschaften: In der Physik — woher der Begriff anscheinend kommt —, in der Medizin, der Zoologie, der Biologie, der Psychologie, der Soziologie. Die Geschichte berichtet von Spannungen zwischen Völkern, und auch die Theologie weiss in einer tiefen endgültigen Weise davon.

Spannung gehört offensichtlich zum Leben, zur Schöpfung überhaupt; sei es die Oberflächenspannung einer Pflanzenzelle und darauf aufgebaut die Spannkraft eines Pfeilbogens, sei es die Spannkraft meiner Muskeln beim Hobeln oder Feilen, sei es die Spannung zwischen Weltanschauungen, Ehegatten oder die ewigen Spannungen zwischen Gut und Böse, Recht und Unrecht, vielleicht sogar lebendig und tot.

Mit Erstaunen stellen wir fest, dass sich menschliches Leben und Erleben offenbar in Spannungsfeldern, im Wechsel zwischen spannen—entspannen abspielt.

Fragen wir nach Definitionen, so sagt der Physiker in der Mechanik: Spannung ist die Kraft im Innern eines durch äussere Kräfte beanspruchten Körpers. (Eine herrliche Definition finde ich!)

In der Elektrizität: Spannung ist der Druck auf die beweglichen elektrischen Ladungen in einem Leiter. Spannung wird hier als «Druck», als «innere Kraft gegenüber äusseren Kräften» definiert. Somit sind wir beim Prinzip von Aktion und Reaktion angelangt, das zentral zu unserem Thema gehört. Aus Aktion und Reaktion ergibt sich beim Menschen Verhalten. Differenzierter ausgedrückt heisst das: Ein Reiz trifft auf unseren Organismus. Dieser wird in Spannung ver-

setzt, welche sich in Handlung, in Verhalten entlädt. So gesehen, sind wir Erzieher oft gezwungen, die Kinder und Jugendlichen in Spannung zu versetzen, zu motivieren, damit sie eine gewünschte Handlung vollbringen. Sobald die Handlung erfolgt ist, hat sich die Spannung ausgeglichen. Im Idealfall ist man entspannt, gelöst.

Wenn sich die Spannung aber nicht oder nur teilweise entladen kann, bleibt sie ganz oder teilweise bestehen und bewirkt, genau wie in der Physik, ein Spannungsfeld, das heisst ein Feld von Kräften zwischen zwei oder mehreren Polen.

Mit diesem Phänomen müssen wir uns weiter beschäftigen.

Es stellt sich die Frage: Warum gleicht sich die Spannung nicht aus? Als mögliche Erklärung bietet sich an: a) Die Erregung findet wohl statt, aber die Handlung wird durch eine innere oder äussere Instanz unterbunden; b) Die Bereitschaft zur Reaktion ist gar nicht vorhanden; c) Die Fähigkeit zur Reaktion ist nicht gegeben; d) Die Erregung äussert sich verlagert auf andere zentrale Prozesse.

Immer aber bleibt etwas ungelöst oder noch nicht gelöst, das uns erregt. Und wir müssen uns bewusst sein, dass solche ungelöste Spannung wohl mit der Zeit von selber etwas nachlassen kann, dass sie aber lange Zeit auf Lösung, auf echte Entspannung hindrängt. Solange dies nicht erreicht ist, beeinflusst sie unsere Gesamtpersönlichkeit. Sie absorbiert einen Teil unserer vitalen Grundkraft und verunmöglicht uns, sich vollumfänglich einer andern Aufgabe zuzuwenden. Aeusserlich zeigt sich dies an der gespannten Körpermuskulatur, an den verspannten Gesichtern. Im Volksmund heisst es hiezu: «Es schlaht eim uf e Mage.» Oder es raubt uns den Schlaf. — Dies ist sehr verständlich, ist doch tiefer, gesunder Schlaf völlige Entspannung.

Führen wir uns jetzt zwei Beispiele aus dem Heimleben vor Augen: Da freut sich ein zappeliges Unterstufenkind riesig auf die Abfahrt ins Skilager. Stunden vor dem Reisebeginn wird es von erwartungsvoller Spannung ergriffen. Je näher das Ziel heranrückt, desto unerträglicher wird die Spannung für das Kind. Viel zu früh wird der Rucksack angehängt, die Windjacke angezogen. In der Hast muss die Toilette gleich mehrmals aufgesucht werden, und die Brille wird in der Aufregung — der Ueberspannung — prompt kopflos verlegt. Treuherzig erklärt die Kleine: «J halte's nüme us!» — Wir alle kennen ja das Reise- und Lampenfieber — ein Zustand starker Gespanntheit.

Problemvoller ist das zweite Beispiel: Der Zwölfjährige steht in schwerem Gewissenskonflikt. Er weiss, dass er den Diebstahl des Sackmessers dem Gruppenleiter beichten muss. Sein Inneres drängt ihn dazu.

Gleichzeitig halten ihn Angst vor Strafe, Gesichts- oder Privilegienverlust davon ab. Innere Spannung beherrscht ihn, die einem guten Beobachter auch im Ausdruck, im Gang, im Verhalten erkennbar ist.

Bestimmt wird in diesem Beispiel die Fähigkeit zu situationsgerechtem Handeln — zum Beispiel natürliche, offene Begegnung — nachlassen, und dafür werden die Reaktionen auf Ablenkungsreize anwachsen. Gestiegerte Aktivität oder Nachlassen des situationsgerechten Handelns bis hin zum Blockiertsein sowie Zunahme der Reaktionen auf Ablenkungsreize sind also Folgen seelischer Spannung.

Mit diesem zweiten Beispiel sind wir nun zur Sicht der Psychologie vorgedrungen, die Spannung mit Konflikt gleichsetzt. Im psychologischen Lexikon der Psychologie, Herder 1972 heisst es nämlich:

Soziale Spannung = Konflikt

Psychische Spannung = Zustand hoher Erregung, Angst, Ruhelosigkeit und ungerichteten Antriebs

So gesehen würde der Titel dieses Referates lauten: «Konfliktfelder und Konfliktfähigkeit in der Heimerziehung.» Weil ich aber Spannung allgemeiner sehe, eben als Grundlage des Lebens überhaupt, und Konflikt erst dort eintritt, wo der Spannungsausgleich aus verschiedensten Gründen nicht eintritt, bleibe ich bei der zuerst formulierten Aufgabenstellung. Ich glaube also, es gebe auch positive Spannungsfelder, so wie ich in erwartungsvoller, freudiger Spannung und nicht nur in angstvoller, unlustvoller Spannung sein kann. Damit hätte ich auch noch zwei weitere wesentliche Elemente der negativen Spannung des Konfliktes ausgeschnitten, nämlich die Unlust und die Angst. Zu grosse Spannung ertragen wir kaum. Sie hinterlässt das Gefühl des Unangenehmen. Mit der Zeit kann man sich sogar vor der Spannung fürchten. Sie kann uns ins Krankenhaus, zum Psychiater treiben.

Der Vollständigkeit halber seien hier auch noch die Begriffe Neurose und Aggression erwähnt. Sie gehören zur negativen Spannung, zum Konflikt und bestimmt zur Heimerziehung, können aber in diesem Rahmen nicht weiter ausgeführt werden.

Es war wichtig, so ausführlich über die Spannung zu sprechen. Sie ist nämlich Ursache und Folge eines Spannungsfeldes. Das heisst: Ein Spannungsfeld bewirkt in uns Spannung. Was wir vom Spannungsfeld erfahren ist unsere subjektive Spannung. Andererseits wenn wir gespannt sind, erzeugen wir ein Spannungsfeld, das andere ebenfalls als ihre subjektive Spannung erleben können, wenn sie mitschwingen oder sich als Gegenpol akzentuieren. Wir wissen ja alle, dass Lampenfieber, Reisefieber, Urlaubsfieber ansteckend wirken. Ebenso kennen wir sicher die Situation, wo eine Gruppe in einem Raum ein derart intensives Spannungsfeld erzeugt, dass man die Spannung gleichsam knistern hört. Von der Physik her wissen wir zudem, dass ein Spannungsfeld zwischen zwei ungleichen Polen entsteht, mit der Tendenz, sich auszugleichen. Fällt die Ungleichheit weg, fällt es zusammen. Verstärken die Pole ihre Ungleichheit, intensiviert sich das Feld; rücken die Pole zueinander, wächst die Intensität. Bei genügend starker Spannung schlägt der Funke über. Wenn zwei Streithähne sich mit Drohgebärde und Worten lange genug gegenseitig aufgeladen haben, knallt plötzlich die erste Ohrfeige.

Damit können wir zu den «Spannungsfeldern in der Heimerziehung» übergehen. Unschwer sind sie aus dem Vorausgesagten abzuleiten.

Erziehung spielt sich immer zwischen ungleichen Polen ab:

Kind	— Erzieher
Erzieher	— Erzieher/junger Erzieher — älterer Erzieher
Erzieher	— Praktikant
Erzieher	— Heimleiter
Erzieher	— Eltern
Erzieher	— Heimnormen
Erzieher	— Freundin
Erzieher	— Bekannte
Heim	— Gesellschaft

Erziehung geschieht in Spannungsfeldern: Wir müssen anregen, motivieren, in Spannung versetzen. Dies ist eine bei geistig behinderten oder tragen, verwöhnten Kindern harte Arbeit. Immerhin bleibt da der Vorteil, dass wir entscheiden können, ob wir das Spannungsfeld erzeugen wollen oder nicht.

Viel unangenehmer, weil oft unerwartet, ungewollt oder unausweichlich sind die Konfliktfelder, die negativen Spannungsfelder. Sie warten wie Fussangeln auf uns:

- Das Kind will nicht dorthin gezogen werden, wohin wir es erziehen wollen.
- Der Erzieherkollege versteht unter Erziehung nicht das gleiche wie ich.
- Die Praktikantin findet ohnehin aktives Ziehen sei altmodisch, Ziehenlassen sei für einen neuzeitlichen Erzieher besser.
- Der Heimleiter findet sowieso immer, ich ziehe zuwenig stark, zuwenig effizient und erst noch in der falschen Richtung.
- Die Eltern der Kinder finden gerne, der junge Erzieher solle zuerst sich selber erziehen,
- Und meine Freundin findet, ich als Erzieher müsse endlich aufhören mit dem Erziehen und mit ihr ziehen.

Lauter Gegenpole, lauter Spannungsfelder! Und dies in einer Institution, wo keiner arbeiten kann, ohne dass er sich selber engagiert,

- wo nicht mit einer Maschine, sondern mit dem Einsatz der eigenen, unvollkommenen Persönlichkeit gearbeitet werden muss;
- wo man Stellung, eigene Haltung beziehen muss, was oft nichts anderes bedeutet, als den Gegenpol akzentuieren, also ein Spannungsfeld erzeugen;
- wo man ständig andern ausgesetzt ist;
- wo man immer wieder versagt und das Spannungsfeld zwischen dem, was die Gesellschaft erwartet, und dem, was mit dem jeweiligen Kind möglich ist, eher intensiver wird;
- wo immer schon zwischen Ist und Soll ein Spannungsfeld liegt.

Auch sollte der Erzieher ein differenzierter, ein feinfühlender Mensch sein, der deshalb Spannungsfeldern vermehrt ausgesetzt ist, weil er sie registriert, wo andere noch nichts merken. Nicht vergessen dürfen wir die Spannungsfelder positiver oder negativer Art, wel-

che die Kinder untereinander erzeugen, mich aber auch erfassen. Man denke dabei an Vorfreuden und Nachwehen der Urlaube, an die Wettkampfimmungen zwischen Gruppen. Zum Schluss dieses Abschnittes möchte ich noch eine weitere Problematik aufzeigen. Auf der Herfahrt bestaunte ich die Autobahnbrücken und beneidete die Ingenieure und Strassenbauer ein wenig. Diese Leute stellen ihr Werk weithin sichtbar, wie für die Ewigkeit gebaut, in die Landschaft. Ihre Arbeit bedeutet Fortschritt. Wir aber erleben gerade gegenüber dem geistig Behinderten unsere erzieherische Unzulänglichkeit, unseren Misserfolg, dürfen diese aber nicht zugeben, weil unser heilpädagogischer Berufsethos uns den Glauben an den kleinen, ganz kleinen Fortschritt abfordert. Deshalb sind wir ab und zu unglücklich, tief unbefriedigt und möchten diese Gefühle am liebsten beim Verursacher, beim behinderten Kinde auslassen. Aus naheliegenden Gründen dürfen wir das aber nicht. So bleiben wir in Spannung, erzeugen Spannungsfelder oder reagieren uns plötzlich am unsympathischen Miterzieher ab, was erneut zu Spannungen führt. Ob wohl hier eine der Ursachen der Abwanderung vom Erzieherberuf liegt?

### Spannkraft

Ist damit die Kraft im Innern eines durch äussere Kräfte beanspruchten Körpers gemeint? Ist damit die Kraft zum Spannen und Entspannen, zum Durchhalten und Nachgeben gemeint? Ist es die Kraft, Spannungen zu ertragen, auszuhalten oder Spannungen abzubauen, auszugleichen oder gar Spannungen aufzubauen, auszulösen?

In jedem Fall sind wir gefordert. Wir stehen in einem Spannungsfeld als ein Pol, engagiert, als Persönlichkeit, beobachtet, nachgeahmt, abgelehnt, verehrt, kritisiert, eindeutig auf uns zurückgeführt. Unser Beruf als Heimerzieher verlangt die Kraft, mit Spannungen umzugehen. Wir müssen als ganzer Mensch — als Mensch mit Kopf, Herz und Hand — kräftig sein, den von aussen an uns herantretenden Kräften zu begegnen. Spannkraft, als Kraft des ganzen Menschen, äusseren Kräften standzuhalten, ist nämlich nicht einfach geben. Sie muss erarbeitet, trainiert, kultiviert, gepflegt werden.

### Spannkraft in der Heimerziehung

Wenn es nun stimmt, dass ein Heim ganz besonders intensive Spannungsfelder verlangt und erzeugt, so wird die Spannkraft zum zentralen Problem des Heimerziehers. Seine einmalige individuelle Person wird gefordert, von äussern Kräften beansprucht. Sein Kräftehaushalt entscheidet sehr stark über seinen Berufserfolg.

Führen wir uns zur Veranschaulichung einige Bilder aus der Heimarbeiter vor Augen:

- Ein schlaftrunkener Erzieher soll seine Kinder zum muntern Aufstehen bewegen.
- eine übermüdete Erzieherin soll souverän einen Konflikt mit einem pubertierenden Mädchen austragen.
- Ein seelisch gespannter Erzieher soll ein verkrampftes Kind lösen.

— Ein verzanktes Erzieherteam soll eine harmonische Kindergruppe bewirken.

Und bitte, glauben Sie ja nicht, Spannungsfelder lassen sich vertuschen. Es ist gerade ihre verflixte Eigenschaft, alle, die in ihren Kraftbereich geraten, auch in Spannung zu versetzen. So stellt sich denn die Frage: wie fördere ich meine Spannkraft? Was unternehme ich, um meinen Körper zu kräftigen? Treibe ich Sport? Oder gönne ich wenigstens meinem Körper täglich einige Freiübungen? Aber auch die Frage nach der Fähigkeit zum Entspannen muss gestellt werden. Kann ich ganz abspannen? Ich brauche deswegen nicht gerade die Badewanne als Entspannungsort überallhin mitzuführen, wie Englands grosser Mann Churchill. Aber vielleicht lerne ich entspannen in einem autogenen Training.

Weiter muss gefragt werden, was ich bewusst unternehme, um meinen Geist wach zu behalten. Sehe ich über die Heimmauern hinaus? Kenne ich auch Probleme anderer Berufsgattungen? Lese ich «nur» Fachliteratur oder befasse ich mich auch mit zum Beispiel politischen Fragen? Dem Erzieher sollte ja nichts Menschliches fremd sein!

Für unsere Zeit wohl am dringlichsten drängt sich die Frage nach dem Gleichgewicht, der Harmonie der Seele auf. Habe ich Ordnung in den zwischenmenschlichen Beziehungen? Sind sie ehrlich? Bemühe ich mich, diese im Wissen um unser aller Schwäche harmonisch zu gestalten? Kenne ich das Geschenk echter Freundschaft, die mich trägt, zu der aber auch ich Sorge trage. Was bedeutet mir Musik, bildende Kunst, Fest und Feier? Leider ging in unserer Kultur die Fähigkeit zum Meditieren fast ganz verloren. Bezeichnenderweise ist nämlich im Zustand der Meditation der Körper ganz entspannt. Eine zweite Möglichkeit, die Seele gesund zu erhalten, sind wir gerade im Begriff zu verlieren: das Gebet. Der selber mündig gewordene Mensch braucht nicht mehr zu beten, erscheint aber oft überfordert, überpannt.

So suchen wir denn oft verzweifelt Hilfe von aussen. Psychologe, Praxisberater, gruppendifnamische Kurse sollen uns helfen, Spannungen wegzuräumen. Bestimmt haben sie ihre ganz spezifische Bedeutung. Sie können uns helfen, uns besser kennenzulernen, uns eine Konfliktsituation durchschaubar zu machen, uns gegenüber ehrlicher zu sein. Wenn wir aber der eine der beiden Pole eines Spannungsfeldes sind, kann sich die Spannung nur zwischen diesen beiden Polen ausgleichen. Die Aussprache, das Verstehensuchen, der mutige, ehrliche Schritt zum Gegenpol hin, kann uns niemand abnehmen. So müssen wir fähig werden, Spannungen abzubauen und Konflikte ehrlich auszutragen. Oftmals aber werden sich tiefe Konflikte nicht aufheben lassen. Unser ganzes Sein ist zu tief verwurzelt in Konflikten. So gilt es, diese auszuhalten im Vertrauen darauf, im Schöpfungsplan hätten sie einen Sinn, in der Ewigkeit würden sie dereinst aufgehoben.

Max Huber

Früher dachte er, es fehlen ihm Worte.  
Nun stellt sich heraus  
es genügt ein Ton,  
ein kaum gesagter. Rozevicz