

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 59 (1988)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Flucht - Ausflucht - Zuflucht  
**Autor:** Brun, Herbert  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-810695>

#### 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:** 24.01.2026

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

*«Hier bin ich Mensch,  
hier darf ich's sein.»*

J. W. v. Goethe

## Flucht – Ausflucht – Zuflucht

Gestern musste, nein, durfte ich einen Brief eines Jugendlichen an eine ehemalige Praktikantin korrigieren. Er schrieb (unkorrigiert – Namen und Fakten sind verändert, vermeintliche Ähnlichkeiten wohl eher zufällig, jedoch zu bedenken!):

Libe Mandi,

mier geht's gut – und dir? Schade, das du nicht mer da bist. Du must nur wollen, dann geht's schon recht. Ich will auch etwas lehrnen – ich will, ich muss. Du kannst sicher Erziherin wärden, den du bist gut, schade, dass du fortgegangen bist. Jezt ist alles anders – nimand hat Zeit, immer muss man schafen. Ich will lehrnen, vil lehrnen. Wenn ich in deine Augen schauen konte, wusste ich, das du gut warst. Ich hofe bald dich wider einmahl zu sehen. Vile Grüsse ...

Rolli

Der Inhalt dieses Briefes hat mich verblüfft. Nicht wahr, das Problem sind nicht die Fehler, sondern die Aussage dieses Achtzehnjährigen. Sein Problem ist die Heimatlosigkeit, die Ungeborenheit in der Gruppe seit Mandi weggezogen ist für die weitere Ausbildung. Doch Rolli flieht nicht in die Aggression oder Depression. Er versucht, Mandi seinen Schmerz mitzuteilen. Für die ehemalige Praktikantin ist dieser Brief ein Aufsteller, ein gutes «Arbeitszeugnis», besser als eine Fünf in Psychologie! Für Rolli wurde das Schreiben zur Therapie, zum ersten Schritt! Denn am andern Tag lag der Jugendliche mit hohem Fieber im Bett. Halsschmerzen? Nein! Erkältung? Nein! Ein Tag der Bettruhe genügte für den zweiten Schritt der Selbsttherapie. Rolli überlas immer wieder den Brief, wodurch er erspürte, wieviel Kraft ihm Mandi seinerzeit und auch jetzt in Gedanken gab und gibt. Das stellte ihn geistig und auch körperlich auf ... zumal er jetzt auch erleben durfte, dass die im Brief erwähnten, keine Zeit habenden «Anderen» doch immer wieder Zeit für ihn fanden, sich um ihn sorgten, ihm Tee, Zwieback und Anteilnahme brachten. Beide Partner haben dabei erkannt, dass solchermassen verschenkte Zeit nicht verlorene Zeit, sondern gewonnene ist.

Muss ein Mensch immer erst einen Verlust, eine Krankheit erleiden, um Menschen zur echten Begegnung zu führen?

\*

Mary und Pfüde sind bekannte Jugendliche in der «Heimlandschaft». Beide flohen immer wieder die Intensität, die Betriebsamkeit, aber auch die Ordnung und den als zu eng betrachteten Halt der Heime. Sie lernten viele Heime kennen – viele Heimmitarbeiter kennen Mary und Pfüde. Überall entstanden Probleme, denen sich die beiden Jugendlichen aus den verschiedensten Gründen immer wieder schnellstens entzogen. Sie kannten einander nicht. Ihre Lebensläufe glichen einander einzig im unheimlichen Freiheitsdrang und in der Suche nach dem einen Menschen, der gewillt war, ihnen Freundschaft, Halt und Geborgenheit in aller Offenheit entgegen zu bringen. Das ist ein Risiko, ein Wagnis, eine Aufgabe, die innerhalb der heutigen geregelten Arbeitszeiten mit Schicht- und Pikettdienst kaum zu erfüllen ist. Die affektiven Defizite (wohl aus der Frühkindheit stammend,

durch fehlerhaftes Verhalten der Umwelt verstärkt) wurden immer beängstigender und zeigten recht deutlich die Ohnmacht der Helfer. Wolfgang Schmidbauer spricht in diesem Zusammenhang von «Helfer-Syndrom». Wo Mary und/oder Pfüde heute wie leben, entzieht sich unseren Kenntnissen – doch die eine grosse Frage ist offen:

Wie können Helfer effizient helfen, ohne selbst hilfsbedürftig zu werden, ohne selbst psychosomatische Störungen zu erleiden? «Dazu kommt noch, dass in keiner Berufsgruppe psychische Störungen so nachhaltig verharmlost und verdrängt werden wie in der, die unmittelbar mit der Behandlung dieser Störungen befasst ist. Gerade darin drückt sich das „Helfer-Syndrom“ besonders deutlich aus, dass Schwäche und Hilflosigkeit bei anderen akzeptiert und als behandlungswürdig erkannt werden, während das eigene Selbstbild von solchen „Flecken“ um jeden Preis freigehalten werden muss.» (W. Schmidbauer: Die hilflosen Helfer.)

\*

Flucht in die Arbeit als Bestätigung, als Ablenkung, als Flucht vor der freien Zeit, mit der man nichts anzufangen weiss. Flucht vor sich selber. Der Fachmann spricht von «defizitärem Selbstvertrauen». Herr Müller wagt nicht, seinen Arbeitskollegen um Rat oder Mithilfe zu fragen. Ebenso bemüht sich Herr Vogel alle Probleme in seiner Gruppe selbst zu lösen. Dass er dadurch ungeduldig ... denn die Probleme vermehren sich scheinbar ... aggressiv, weil die andern ihm nicht helfen ... aber sie wissen ja nichts von seiner Not ..., ungerecht ... ja, es ist ja ungerecht, dass er alles allein machen muss, resp. will! ... und schliesslich allerorts nur Ablehnung, Kopfschütteln und nicht einmal (mitleidiges) Verständnis erfährt, lässt ihn verzweifelt feststellen, dass eben «Undank der Welt Lohn» ist.

In allen sozialen Berufen ist die eigene Persönlichkeit das wichtigste Instrument; die Grenzen ihrer Belastbarkeit und Flexibilität sind zugleich die Grenzen unseres Handelns – wie wollen Mitarbeiter Schützlinge von einem psychosomatischen Leiden, von Erziehungsmängeln oder affektiven Defiziten befreien, wenn sie selbst darunter leiden? Ist die Flucht in die Ausflucht ein sinnvoller Weg, um bei einem Partner Zuflucht zu finden?

Auswegslosigkeit  
birgt in sich

Neubeginn  
Aufbruch  
Auferstehung

Wenn wir glauben  
am Ende zu sein

stehen wir  
erst  
am Anfang (Margot Bickel)

\*

«Wo ist Frau Mühlataler? Wer hat Frau Mühlataler gesehen?» Im Zimmer ist sie nicht. Im Fernsehraum sitzen nur einige Männer. Frau Mühlataler ist gehbehindert – weit kann sie nicht sein. Die Nachschwester ist beunruhigt, verunsichert. Beim ersten Rundgang hat sie Frau Mühlataler noch auf dem Bett sitzend vorgefunden. Sie hat es abgelehnt, ihr beim Entkleiden zu helfen: «Frau Mühlataler, das können sie ganz gut selber!» – so hat sie gesprochen. Ihr Argument war eine Ausflucht, denn sie wollte noch etwas Ruhe geniessen – die Nachschwester war noch lang.

Als erstes gedenkt sie nun, die Angehörigen zu avisieren, denn sie kann das Altersheim jetzt nicht «im Stiche» lassen und suchen gehen, jetzt sowieso nicht, denn es läutet . . «natürlich Frau Schlössli, schon wieder, eine ungeduldige, unmögliche Person! Ich kann doch nicht einfach ans Bett sitzen und Händchen halten, wo käme ich da hin?» Es läutet. Widerwillig geht die Nachtschwester zu Frau Schlössli, die Schmerzen hat . . «oh, es wird nicht so schlimm sein, sie müssen ein wenig tapfer sein, auf die Zähne beißen . .», und schon ist die Nachtschwester wieder draussen. Ob sie so sicher ist, dass die Schmerzen nicht so schlimm sind, und dass das Auf-die-Zähne-Beissen etwas hilft? Die Nachtschwester findet keine Ruhe mehr. Es läutet wieder und wieder. Frau Mühletaler ist in der Nähe ihres elterlichen Hauses gefunden worden. Sie sass erschöpft auf einem Bänklein und möchte heim, heim . . nicht ins Altersheim, sondern heim in ihr Haus, wo sie einst daheim gewesen war. Jetzt ist sie weder-noch, nirgendwo zuhause. Die Angehörigen bringen Frau Mühletaler ins Heim zurück. Die Nachtschwester hilft beim Entkleiden, bringt eine Tasse Schlaftee – auch Frau Schlössli, die immer wieder ungeduldig läutet, bekommt eine Tasse –, die Nachtschwester ist beruhigt: Frau Mühletaler liegt im Bett. Frau Schlössli schlürft dankbar den Tee, und die Nachtschwester spürt plötzlich, dass man auch hier im Pensionärzimmers Ruhe finden kann, dass der dankbare Blick der Betagten einen mehr als entschädigt für die Umtriebe.

Ich kann wohl erst die innere, echte Ruhe finden, wenn mein Mitmensch sich gefunden hat, gehalten und sich bei mir geborgen fühlt, und alle äussere, äusserliche Ruhe ist nichts wert, wenn die innere nicht erreicht ist!

Flucht – Ausflucht – Zuflucht! Flucht aus dem Heim, aus dem Gefängnis, Flucht ins Spital, in die Krankheit, in den Alkohol, in den Stress – sind das nicht alles nur vordergründige Ausflüchte, weil das eigentlich Tragende im Leben, eben die Zuflucht, die Geborgenheit, das Selbstvertrauen, die zwischenmenschliche Verbundenheit fehlen?

Und noch eine Frage! Wer hilft wem? Selbstverständlich hilft der Betreuer dem Schützling! Ist dies wirklich selbstverständlich? Wollen nicht zu viele Menschen vorerst sich selbst verwirklichen, zuerst getrostet, aufgemuntert werden? Doch erst als die Nachtschwester Frau Mühletaler und Frau Schlössli beruhigt hatte, fand sie ihren eigenen Frieden! Diese alte franziskanische Weisheit gilt auch heute noch und wäre wohl die wichtigste Grundlage, um aus dem Helfer-Syndrom heraus zu kommen. Denn die Freude, die Kraft, die Zuversicht, die Zeit, die Anteilnahme, die Liebe, die Berührung und Streicheleinheiten, die ich verschenke, kehren ins eigene Herz zurück! Sören Kierkegaard sagt:

«Gib nie einen Menschen oder die Hoffnung auf ihn lieblos auf,  
denn es könnte selbst der verlorene Sohn,  
der am tiefsten gesunkene,  
doch noch gerettet werden,  
der erbittertste Feind,  
auch der, er dein Freund war,  
doch wieder dein Freund werden,  
die Liebe, die erkältete, doch wieder entbrennen.»

Herbert Brun



## Wissen Sie schon....

....dass das grösste Peddigrohrlager der Schweiz in Degersheim liegt?

Bei der Firma PEDDIG-KEEL sind ca. 30'000 kg Peddigrohr zum Versand bereit.

Das Angebot reicht von 1 bis 24 mm, natur oder geräuchert, alles **erste Qualität** (Blauband).

Nicht nur das Peddigrohr, sondern auch andere Flechtmaterialien wie: Weiden, Binsen, Stuhlflechtröhr usw.

sind bei PEDDIG-KEEL erhältlich.

Natürlich sind auch die Zutaten wie z.B.: Holzböden, Perlen, Teegläser,

Puppenwagengestelle, Kacheln usw. im Sortiment der Firma PEDDIG-KEEL enthalten.



Verlangen Sie doch einfach eine Preisliste bei:

**PEDDIG-KEEL**, Peddigrohr und Bastelartikel, 9113 Degersheim, 071-54 14 44