

**Zeitschrift:** Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA  
**Herausgeber:** Verein für Schweizerisches Heimwesen  
**Band:** 59 (1988)  
**Heft:** 12

**Artikel:** VSA-Kurs zur Psychohygiene des Helfers in der Paulus-Akademie Zürich : die innern Gefahren des Helferberufes  
**Autor:** Hofstetter, Irene  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-810779>

#### 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:** 29.01.2026

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

## Die innern Gefahren des Helferberufes

Die Tagung mit dem provokativen Titel «*Wer perfekt ist, ist defekt*» mit Dr. iur. Heinrich Sattler, Bern, stiess auf grosses Interesse und wurde zweimal durchgeführt, am 1. und am 25. November 1988. *Psychohygiene, die Pflege der seelischen und geistigen Gesundheit, heisst Auseinandersetzung mit der eigenen Person, und das ist immer auch ein Risiko.* Inneres Gleichgewicht ist nicht machbar durch bestimmte Massnahmen. Wenn Psychohygiene so verstanden wird, steht sie sich selbst im Wege. Leben fängt dort an, wo Wissenschaft aufhört, sagte Heinrich Sattler, und er doppelte nach mit Martin Bubers Worten: «Willst Du die Welt überschaubar haben, so verlierst Du sie.»

Der Mensch handelt, denkt und gestaltet. Er handelt vor allem im Beruf, er will etwas bewirken, und er denkt in Wissenschaft, Technik und Forschung. Das sind die Schwerpunkte des Zeitalters. *Schöpferisches Gestalten findet in Liebe, Kunst, Philosophie, Religion statt. Hier ist Psychohygiene anzusiedeln. Der Mensch lebt in Zusammenhängen.* Er ist zuerst einmal Opfer seiner persönlichen Geschichte, seiner Kindheit, des Berufs und des Zeitalters. Er ist aber auch Täter, und er wird seinen eigenen Lebensweg – Heinrich Sattler sprach vom Pilgerweg – nur finden, wenn er lernt, aufrecht zu gehen.

### Bedürfnisse und Träume ernster nehmen

In der Vorstellungsrunde wurden meist auch die Beweggründe zur Kursteilnahme geäussert: Probleme mit dem Sich-Abgrenzen, mit der Trägerschaft, mit den Ansprüchen an sich selber, mit den Begriffen perfekt und defekt, Probleme im Umgang mit alten Menschen, mit der Unmöglichkeit, jederzeit Liebe und Zuwendung geben zu können. Auch der Referent gab der Hoffnung Ausdruck, vom Erfahrungsaustausch mit den Teilnehmern Impulse für seine Arbeit zu erhalten. Heinrich Sattler ist als Jurist im sozialen Bereich tätig und lebte, als verspäteter 68er-Aussteiger, während 11 Jahren in Südfrankreich auf einem Bauernhof mit seiner Familie. Die Rückkehr, Ende 1986, in den harten Lebensrhythmus unserer Zivilisation, wo die Fremdbestimmung im Beruf so viel Raum einnimmt, habe ihm recht zu schaffen gemacht.

Mit der Frage «Was würde ich in meinem Leben ändern, wenn ich die Mittel dazu hätte?», die in einer ersten Einzel- und Gruppenarbeit zu beantworten war, führte Heinrich Sattler die Teilnehmer auf den *Weg zur Selbstreflektion*. Die überaus aufschlussreichen Rückmeldungen zeigten, dass die in der Sozialarbeit Tätigen – wenigstens jene, die sich für solche Kurse interessieren – Übung haben im Hinterfragen ihrer Motivationen. Da wurden auch Utopien und Sehnsüchte laut – nach schöpferischem Tun, weg vom materiellen Denken, weg von der «Sucht» zu beraten, «entwickeln» statt «flicken», um nur einige der Antworten zu nennen. Man kann den Menschen nur helfen, wenn man sie liebt. Woher nimmt man diese Kraft?

### Das geistig-seelische Klima unserer Zeit

In einer eigenwilligen Interpretation der zivilisatorischen Entwicklung stellte Heinrich Sattler fest, dass wir den *drei «Sündenfällen» Reformation* («Calvin hat die Heiligkeit der Arbeit eingeführt»), der Renaissance und der Aufklärung das *Trümmerfeld des modernen Bewusstseins zu verdanken hätten*. Der moderne Mensch schaut nicht nach oben zu Gott, nicht nach unten in den Abgrund seiner schrecklichen Seiten, er schaut nur geradeaus, als ob die ganze Welt ein Bauplatz wäre. Und je perfektere Dinge er produziert, desto gefährlicher sind die Abfälle. Der Computer, der nur Quantifizierbares verarbeiten kann, ist Ausdruck dieses rein rationalen Denkens. Die grosse Gefahr liegt darin, dass der Mensch schlussendlich glaubt, die ganze Welt bestehe nur aus 1 oder nicht 1. Auch in andern Bereichen gestaltet die Technik unser Leben um. Es ist komfortabler geworden, aber unsere Gefühle sterben ab, weil sie zu schnell befriedigt werden. Kultur ist an Tätigkeiten und Situationen gebunden, wenn diese verschwinden, geht auch die Kultur verloren. Und zur Zerstörung der Natur sagte Heinrich Sattler: «*Wir plündern unseren Planeten und damit unsere Seele.*» Eindrücklicher lässt sich das nicht umschreiben.

Arbeit und Liebe sind die beiden grossen Themen des Lebens, und in unsren Breitengraden wird, nach Ansicht des Referenten, *Arbeit überbewertet*. Arbeit ist durch Konzentration gekennzeichnet und hat mit Aggression zu tun. Nicht umsonst spricht man vom «Anpacken» oder «In-Angriff-Nehmen» einer Aufgabe. Der Mensch stellt sich dar in seinen Werken, und sein Tun ist immer auf den Endpunkt gerichtet. Die geistig-seelische Wahrnehmung ist dabei eingeengt, das Erleben von allem was nicht zur Arbeit gehört, ausgeschaltet. *Liebe hingegen ist auf die Gegenwart, auf unmittelbares Erleben ausgerichtet.* Liebe hebt Grenzen auf, Arbeit schafft Grenzen. Wir brauchen aber beides im Leben: wir müssen unsere Grenzen kennen und erfahren, aber wir müssen sie wieder aufheben können. Ein Drittes ist die *Musse*. Sie ist ein Zustand der Seele, ohne bestimmte Absicht, ein Verweilen, ein Innehalten. Das ist das Paradoxe der Sozialarbeit: man sollte sie im Grunde im Zustand der Musse tun, doch das ist nicht möglich, denn es ist ja eine Arbeit.

### «Wir wissen was dem andern gut tut»

Wie man in der Praxis mit dem *ständigen Besserwissen*, mit andern Worten, mit der *Macht* umgeht, das ist die Gretchenfrage. Aber, relativierte Heinrich Sattler sogleich, der wirklich schlechte Sozialarbeiter ist der Zyniker, der unbeteilt seinen Beruf ausübt. Um den Hauptkonflikten und den Hauptsüchten des Helfers auf den Leib zu rücken, liess der Referent in den Gruppen über die eigene Arbeitshaltung, die Neigung zur Flucht in den Rückzug vor andern oder in Süchte, die nicht immer klar als solche erkennbar sind, diskutieren. Am verbreitetsten ist die *Arbeitssucht*. Ein ehrliches Nachdenken über sich selbst kann aufzeigen, ob man gefährdet oder bereits mitten drin ist. Auch in andern Berufen lauern Gefahren zum «defekt» sein. Mit dem Auflisten von überspitzt formulierten Negativbildern – der Pfarrer als

Heuchler, der Arzt ein Scharlatan, der Lehrer ein Besserwisser und Kindskopf – wollte der Kursleiter darauf hinweisen, dass sich Ansätze zu solchen Motivationen auch bei den sozialen Berufen einschleichen könnten. Das zwiespältige Verhältnis des Helfers zur Gesellschaft kommt zum Teil wohl daher, dass man es lieber sähe, wenn es keine Heimleiter und Sozialarbeiter gäbe. Dann liesse sich nämlich die Tatsache (noch) besser ignorieren, dass mit der Gesellschaft nicht alles zum besten bestellt ist.

### Die innern Reserven und Alternativen

*Das eigene Scheitern ertragen zu lernen ist eine wichtige Voraussetzung für die Bewältigung von Problemen.* Durch die Begegnung mit uns selbst und mit dem Akzeptieren der eigenen Unvollkommenheit gewinnen wir ein Stück Freiheit. C.G. Jung spricht vom Schatten des Menschen und dass die psychische und physische Gesundheit davon abhänge, wie und ob es dem Menschen gelinge, mit seiner dunklen Seite zu leben. Das geht nicht ohne entschlossene Neuorientierung von Idealen und Ideen.

Über eine Hauptstrategie in der Lebensführung und im Beruf hinaus braucht der Mensch eine Reserve, Heinrich Sattler sprach von der «masse de manoeuvre». Solche innere Alternativen sind zum Beispiel Beziehungen, die nicht dadurch bestimmt werden, dass der andere einen braucht, Situationen, wo man nicht der Stärkere ist. Oder Freunde, die einem einmal sagen: «Du denk' doch mal nach, was Du da sagst oder tust!» «Wann hast Du das letzte Mal ein Buch zur Hand genommen oder Dich gefragt, ob Du immer noch auf dem Weg gehst, den Du für richtig hältst?»

Auch von äusseren Alternativen war die Rede, von den beruflichen Möglichkeiten bei einem Ausstieg aus der Tätigkeit im Heim. «*Sicherheit ist des Menschen grösster Feind*», hatte Heinrich Sattler stipuliert. Die Äusserungen der Teilnehmer sind nicht auf einen Nenner zu bringen, sie variierten vom Verbleiben bei der jetzigen Aufgabe, Verändern des Umfeldes, in eigener Regie ambulante Dienste anbieten, aufsteigen zum Betreuer der Betreuer bis zum Umsteigen auf total Neues. Dass Frauen dabei eher bereit sind, reale Möglichkeiten als Verkäuferin, im Gastgewerbe, mit einer Strick-Boutique oder einem Heilkräutergarten ins Auge zu fassen als Männer, ist keine Überraschung.

In anderem Zusammenhang, beim einseitig verstandesmässigen Denken als Zeichen unserer Zeit, hatte Heinrich Sattler die Männer aufgerufen, mehr auf die Frauen zu hören und die Angst vor dem Emotionalen zu vergessen. Frauen haben mehr Sinn für das eigentlich Menschliche und fürs Dialogische, sofern sie sich nicht zu sehr beeinflussen lassen von männlichen Denkweisen. – Im übrigen fehlt die Zeit, solche Aspekte, auch diejenigen der beruflichen Alternative, gründlich durchzudiskutieren. Immerhin gab der Kurs auch in dieser Hinsicht Gelegenheit, den eigenen Standort zu überdenken.

Zum Schluss kam Heinrich Sattler nochmals zurück auf die für ein inneres Wachstum so notwendige *Haltung der Absichtslosigkeit*, auf den *Freiheitgewinn durch Geschehenlassen und Offensein für das Wagnis des unerwarteten Erlebens*, und mit einigen Worten von Jung entliess er die Tagungsteilnehmer zurück in den Alltag.

Irene Hofstetter



## Fort- und Weiterbildung 1989

Kurse und Tagungen zur Fort- und Weiterbildung von Erziehern, Sozialpädagogen, Sozialarbeitern und Heilpädagogen, die in Heimen und im sozialpädagogischen Berufsfeld tätig sind.

- Tagungen
- Kreativkurse

- Fachkurse/Seminare
- Weiterbildungskurse

Besuchen Sie unsere Impulstagungen 1989:

### Werte in der Erziehung

Erzieherinnen und Erzieher zwischen Altruismus und sozialer Kontrolle – Eine Tagung zum Thema Ethik im Erzieherberuf. – 19. Januar 1989 in Luzern.

### Ökologisches Denken in der Heimerziehung

Modetrend oder Herausforderung zur Veränderung der Praxis? – 14. September 1989 in Luzern

Verlangen Sie unser detailliertes Kursprogramm 1989:

Schule für Heimerziehung Luzern (SHL)  
Abteilung Fort- und Weiterbildung, Zähringerstrasse 19  
6000 Luzern 7, Telefon 041 - 22 64 65