

Zeitschrift: Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA
Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen
Band: 60 (1989)
Heft: 8

Buchbesprechung: Sei doch (k)ein Frosch! - Eine Aufforderung, mutig zu sein [Elisabeth Müller-Luckmann]
Autor: Kamprad, Dorothea

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: 12.01.2026

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

«Sei doch (k)ein Frosch!»

«*Sei doch kein Frosch!*» – diese Redewendung bedeutet eine Ermunterung, nicht so ängstlich zu sein, sich etwas zuzutrauen. Der Titel des vorliegenden Buches enthält aber auch die Aufforderung: «*Sei doch ein Frosch!*». Damit wird auf die bekannte Fabel angespielt, in welcher zwei Frösche in einen Milchkrug gefallen sind. Wie sehr sie sich auch anstrebten – sie konnten nicht herauskommen. Der eine Frosch gab auf, er hörte auf zu strampeln und ertrank. Der andere Frosch schlug weiter mit den Beinen um sich, und am nächsten Morgen sass er erschöpft, aber gerettet, auf einem festen Klumpen Butter. Diese Fabel ist als Symbol zu verstehen für ein Verhalten, welches das Thema des Buches darstellt: es geht darum, nicht vorzeitig aufzugeben.

Frau Müller-Luckmann, Professorin der Psychologie, versteht sich selbst als eine Erzählerin psychologischer Geschichten, in denen die Figuren versuchen, ihr gefährdetes Leben wieder in den Griff zu bekommen. Die Autorin will mit ihrem Buch die Möglichkeit liefern, die Probleme anderer Menschen nachzuvollziehen und die eigene Reflexionsfähigkeit an ihnen zu schärfen. Jeder Mensch kann einmal in eine scheinbar ausweglose Lage geraten. Die Autorin setzt voraus, dass wir uns dem vermeintlich Unabwendbaren nicht resigniert ausliefern. Sie gibt Anregungen, wie man durch Reflexion und Tatkraft gleichermassen aus einer hoffnungslos erscheinenden Situation herausfinden und zu neuen Ansätzen der Lebensgestaltung gelangen kann.

Schlummernde Kräfte

Der grundlegende Gedanke von Frau Müller-Luckmann lautet: «*Der einzige Mensch, mit dem du mit Sicherheit dein ganzes Leben verbringst, bist du selbst.*» Die Autorin stellt damit die Eigenverantwortung des Menschen für sein Leben in den Vordergrund. Sie will die positive Kraft bewusst machen, die in jedem Menschen schlummert und die es in schweren Situationen zu nutzen gilt. Zunächst braucht es den Mut, nicht vor Entscheidungen zu fliehen, sondern sich der Einsicht zu stellen, dass es so nicht weitergehen kann. Um den Prozess des Erkennens und des Verarbeitens von schier ausweglosen Situationen zu veranschaulichen, schildert Frau Müller-Luckmann acht Fälle, in denen Menschen nicht aufgeben, sondern ihr Leben (wieder) bewusst in die Hand nehmen. In ihren Geschichten geht es nicht nur um das «Ich», sondern auch um das «Ich und du» und das «Ich und wir». *Selbstfindung, Abgrenzung und Miteinander* sind die Ziele.

Viele Worte sind lange
zu Fuss gegangen, ehe sie zu geflügel-
ten Worten wurden.

MARIE VON EBNER-ESCHENBACH

Ein Unfall . . .

Eine der Geschichten handelt von einem Autounfall. Die Frau sah den Fahrradfahrer und glaubte, ihr Mann, der das Auto lenkte, habe ihn auch wahrgenommen. Danach dachte sie nur, es sei typisch für ihn, diesen Mann mit Scheuklappen, den sie schon längst verlassen wollte, dass er zu spät reagiert hatte. Sie trug eine hässliche Narbe im Gesicht von diesem Unfall davon und merkte, dass sie ihr Problem bisher verdrängt hatte. Nun war sie gezwun-

Müller-Luckmann, Elisabeth: *Sei doch (k)ein Frosch!* – Eine Aufforderung, mutig zu sein. Hamburg: Kabel-Verlag, 1989. 156 Seiten, Preis: Fr. 22.30.

gen, eine Art vorläufiger Bilanz zu ziehen, und betrachtete sich selbst und die Beziehung zu ihrem Mann mit sachlichen Augen. Sie war überrascht, als sie feststellte, dass sie *Mut* besass – bisher war ihr Leben so glatt verlaufen, dass sie nie Mut beweisen musste. Doch jetzt besass sie die Kraft, sich der Realität zu stellen, sie durchleuchtete ihre Beziehung und ihre berufliche Position. Sie verliess ihren Mann, weil sie sich endlich eingestehen konnte, dass er nie der richtige Partner für sie war und sie ihn nur aus Angst vor der Einsamkeit geheiratet hatte. Sie sprach die Befürchtung aus, dass ihre entstellende Narbe sie für ihren Beruf als Chefkosmetikerin disqualifizieren werde, doch ihre Angst erwies sich als unbegründet.

Mitten im Scheidungsverfahren suchte sie eine Psychologin auf, da sie einen Zusammenbruch erlitt, mit dem sie nicht alleine fertig wurde. Sie hatte Glück mit den Ansprechpartnern, die sie sich wählte, doch vor allem bewies sie *Mut*: sie machte sich nichts vor und war bereit, einen Lebensabschnitt zu beenden, der ihr nicht entsprach, obwohl er einen äusserlich starken Schutz versprach. Aus der Schwächung ihres Selbstgefühls, hervorgerufen durch den Unfall und die Narbe, hat sie zu einer Verstärkung ihrer Selbstständigkeit und Unabhängigkeit gefunden. Obwohl sie Rückschläge erlitten hat, ist sie doch den Weg, den sie als den richtigen erkannt hat, weitergegangen.

Wenn die Prüfung kommt . . .

Frau Müller-Luckmann erzählt in ihren Geschichten von Partnerschaften, in denen es kriselt, vom Verlust eines geliebten Menschen, von plötzlicher Arbeitslosigkeit, von gemeinsamer Schuld zweier Menschen am Selbstmord eines dritten, sie schildert leichte Krisen und schwere Schicksalsschläge – doch nie erhebt sie mahnend den Zeigefinger, nie erteilt sie Ratschläge. Das ist gut so, denn es gibt keine Rezepte. Die Autorin verwirklicht im besten Sinne den Anspruch, den sie einleitend erhebt: sie erzählt psychologische Geschichten von Menschen in schwierigen Situationen. Und sie ist eine sehr gute Erzählerin. Sie beweist grosses Feingefühl und scharfe Beobachtungsgabe in ihren Schilderungen. Ihren Charakteren gemeinsam ist der Überlebenswille und der Drang nach Selbstverwirklichung. Die Autorin beweist in ihren Geschichten, dass *Leben* bedeutet, *sich ständig zu verändern*. Es ist so leicht, in der gewohnten Bahn zu bleiben – doch hier wird Mut gemacht zum Überdenken der eigenen Wünsche

Das Begleiten von Langzeitpatienten

Kursleitung:	Dr. Imelda Abbt; Paul Gmünder, VSA, Zürich; es werden verschiedene Fachkräfte zugezogen.
Zielsetzung:	Das berufliche Zusammenleben mit Langzeitpatienten hat seine spezifischen Probleme. Nicht um diese geht es primär, sondern um den persönlichen Umgang damit, um den Sinn dieser Arbeit. Kurs und Kursziel sind herausgewachsen aus mehrjährigen Projektierungsgesprächen mit den Vertretern des Evangelischen Verbandes für Innere Mission und Diakonie, der Caritas und des SKAV.
Zielgruppe:	BetreuerInnen von Alters- und Pflegeheimen, welche seit mindestens einem Jahr in der Betreuung und/oder Pflege von Langzeitpatienten tätig sind.
Im einzelnen kommt u. a. zur Sprache:	<ul style="list-style-type: none">- Die Verarbeitung von aufgestauten bzw. laufend anfallenden Problemen- Die persönliche Zuwendung zu Langzeitpatienten und deren Angehörigen- Die unterschiedliche Einstellung zu Leben, Leiden, Sterben und Tod- Der Umgang mit Mitarbeitern bei der Betreuung- Das Umgehen mit eigener und fremder Trauer- Das Erkennen der Grenzen punkto Zuständigkeit
Kursort:	Luzern, Romerohaus bzw. Altersheim Rosenberg
Kursdaten:	8 Tage, verteilt auf ein Jahr (jeweils montags) 09.30 bis 17.00 Uhr Beginn: 18. September 1989 im Romerohaus, Kreuzbuchstrasse 44, 6006 Luzern Weitere Daten: 1989: 16.10./13.11./4.12. 1990: 22.1./12.3./23.4./14.5.
Kurskosten:	Fr. 650.- Fr. 580.- für VSA- und SKAV-Mitglieder
Teilnehmerzahl:	max. 20 Personen; die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.
Begleitbuch:	Die Kursleitung erstellt ein Textbuch mit ausgewählter Lektüre zum Thema. Die Auseinandersetzung mit diesen Texten soll dem Teilnehmer die Möglichkeit geben, den Problemhorizont zu erweitern und so die anfallenden Fragen in einen grösseren Zusammenhang zu stellen.

Anmeldetalon Das Begleiten von Langzeitpatienten 1989/90 in Luzern

Name, Vorname

Privat-Adresse

Name + Adresse des Heims

Berufliche Tätigkeit

Datum, Unterschrift

VSA-Mitgliedschaft

☐

SKAV-Mitgliedschaft

☐

Zutreffendes bitte ankreuzen

Bis 25. August 1989 senden an Kurssekretariat VSA, Seegartenstrasse 2, 8008 Zürich,

Telefon 01 252 47 07 (nur vormittags)

Die Anmeldung wird nicht bestätigt; Kursunterlagen und Rechnung erhalten Sie spätestens eine Woche vor Kursbeginn.

und Ziele. Die Autorin regt zur Reflexion an, sie gibt Lebenskraft, sie lässt den Gedanken an ein Resignieren gar nicht aufkommen. Mit ihrem Buch fordert sie einen dazu heraus, das Wagnis Leben voll in die eigenen Hände zu nehmen. Ein erfreuliches, ermutigendes Werk, das die Autorin unter das Motto von Michael Tourner stellt: «Man kann nie wissen, was aus einem Menschen wird, wenn es eine grosse Prüfung gibt. Vielleicht bin ich ein Feigling, vielleicht bin ich ein Held, aber das kann ich erst wissen, wenn die Prüfung kommt.»

Dorothea Kamprad

Buchbesprechung des Verlags

Dieter Schweiger

Der Altenheimleiter

Mai 1989, 2., wesentlich erweiterte und aktualisierte Ausgabe, 292 Seiten, Format 14,8 × 21 cm, gebunden, 54,- DM. ISBN 3-87870-232-9 Curt R. Vincentz Verlag, Hannover.

«Heimleiter werden kann jeder» – im Prinzip stimmt das auch heute noch. Obwohl die Leitung eines Heimes ein ausserordentlich vielseitiges Arbeitsgebiet und eine schwierige, besonders verantwortungsvolle Aufgabe ist, gibt es kein bundesweit einheitliches Berufsbild, sind Ausbildung und Werdegang noch immer nicht gesetzlich geregelt.

Deshalb ist zu begrüssen, dass ein so hilfreiches Handbuch wie «Der Altenheimleiter» von Dieter Schweiger nun in einer völlig neu bearbeiteten und erweiterten Ausgabe wieder vorliegt. Hier wird der Beruf «Heimleiter/in» in Anforderungen und Aufgaben deutlich gemacht: der Autor beginnt mit dem Berufsfeld, stellt den Betrieb «Heim» und Führungsmodelle vor, geht auf Gesetze, Versicherungen, Fürsorgepflicht, die kaufmännischen Aspekte und Informationsquellen ein, beschreibt dann die anfallenden Tätigkeiten und die dazu erforderlichen theoretischen Grundlagen – zusammengefasst in folgenden Hauptkapiteln:

- Der Heimleiter und seine Mitarbeiter (zum Beispiel Qualifikation und Motivation, Vorstellungsgespräch oder Kündigung)
- Heimleiter, Heimträger und Verbände (zum Beispiel Arten und Rechtsformen, Zuständigkeiten, Dienstanweisungen)
- Heimleiter und Heimbewohner (zum Beispiel Heimaufnahme, Heimvertrag, Gespräche mit Bewohnern und Angehörigen, Testament und Nachlass)
- Heimleiter und Heimbeirat (zum Beispiel Mitwirkung und Zusammenarbeit, aber auch Probleme und Grenzen)
- Heimleiter und Arzt (Zusammenarbeit zum Beispiel bei Aufnahmebericht oder Einweisung ins Krankenhaus)
- Altenheime und andere Alteinrichtungen (Pflegeeinrichtungen, Hilfsorganisationen)
- Heimleiter und Behörden (Heimaufsicht, BSHG und Abteilung Sozialhilfe, der notwendige «Papierkrieg» vom Selbstkostenblatt bis zu An- und Abmeldungen)
- Spezielle Hilfen für Heimbewohner (von der Sozialversicherung bis zum Taschengeld)

Der Autor hat sich ganz von den Erfordernissen der täglichen Arbeitspraxis leiten lassen, so dass das Buch wirklich ein guter Leitfaden ist für alle, die bereits ein Alten- und/oder Pflegeheim leiten, und für jene, die Heimleiter oder Heimleiterin werden wollen.

In der Reihe der Schriften zur Anthropologie des Behindernten ist im VSA Band VI erschienen unter dem Titel

Menschliche Leiblichkeit

Die Schrift enthält Beiträge von Dr. Imelda Abbt, Dr. med. Karl Heinz Bauersfeld, Prof. Dr. Hans Halter und Dr. Ludwig Hasler. Die Texte laden ein zum Nachdenken über die Leiblichkeit, «weil wir dabei auf mancherlei und oft unerwartete Zusammenhänge stossen, die wir wohl erwägen sollten», wie Dr. Fritz Schneeberger im Vorwort festhält.

«Wir können nicht ausweichen: Leiblichkeit dominiert. Wo immer wir Zeitungen und Prospekte öffnen, Fernsehwerbung oder Nachrichten konsumieren, stossen wir auf Leiblichkeit.» Anderes scheint aus einer Gegenwelt zur Leiblichkeit zu stammen, denn auf dem bedruckten Papier melden sich auch die Verkünder geistiger Selbstfindungs- und Erlösungswege. Wir begegnen täglich der «Körperkultur» und sprechen andererseits vom «Leib» als vom beseelten Körper. Die Ent-Leibung ist der Tod, die Trennung von Leib und Seele. Überschätzen wir den Körper als höchstes Gut? Wie ist es, wenn der Leib zunehmend zur Last wird? Wie, wenn der innere Mensch abgebaut ist und er trotzdem in seinem Leib weiter vor sich hin lebt?

Auf solche und ähnliche Fragen will die nun vorliegende Schrift eine Antwort geben. Band VI ist zum Preis von Fr. 15.50 beim Sekretariat VSA, Verlagsabteilung, zu bestellen, wo auch alle übrigen Bände dieser Schriftenreihe erhältlich sind.

Bestellung

Wir bestellen hiermit

..... Expl. Band I

«Geistigbehinderte-Eltern-Betreuer»
4 Texte von Dr. H. Siegenthaler

Fr. 10.60

..... Expl. Band II

«Erziehung aus der Kraft des Glaubens?» –

Texte von Imelda Abbt, Norbert A. Luyten, Peter Schmid u. a.

Fr. 14.70

..... Expl. Band III

«Begrenztes Menschsein» – Texte von O. F. Bollnow, Hermann Siegenthaler, Urs Haeblerlin u. a.

Fr. 18.60

..... Expl. Band IV

«Staunen und Danken» – Fünf Jahre Einsiedler-Forum des VSA

Fr. 19.–

..... Expl. Band V

«Selber treu sein» – Texte von Imelda Abbt, Kaspar Hürlimann, Rudolf Zihlmann

Fr. 13.50

..... Expl. Band VI

«Menschliche Leiblichkeit» –
Texte von Imelda Abbt, Karl Heinz Bauersfeld,
Hans Halter und Ludwig Hasler

Fr. 15.50

Name und Vorname

Genaue Adresse

PLZ/Ort

Unterschrift, Datum

Bitte senden Sie diesen Talon an das Sekretariat VSA, Verlagsabteilung, Seegartenstrasse 2, 8008 Zürich.