

Zeitschrift: Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA
Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen
Band: 60 (1989)
Heft: 5

Artikel: Chef zu sein dagegen sehr ... : Angst als Teil der Persönlichkeitsentwicklung : die Angst in unserem Alltag
Autor: Vonaesch, Werner / Ritter, Erika
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-811133>

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: 07.02.2026

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

Gewährung steuerlicher Begünstigungen könnte eine gesellschaftliche Anerkennung und Aufwertung der Pflegeleistungen erreicht werden.

Unabdingbar ist weiter die rentenwirksame Anerkennung der Dauerpflegeleistung an alten Menschen. Die in der Familie mit Versorgungsaufgaben solcher Art verbrachten Jahre müssen zur eigenen Altersvorsorge beitragen. Da die Absicherung des sozialen Risikos auftretender Pflegebedürftigkeit generell ungenügend ist, wurde die Errichtung einer Hilflosenentschädigung analog der Regelung im IVG auch an mittel und leicht pflegebedürftige Betagte empfohlen. Denn eine ausreichende finanzielle Ausstattung des Patienten bietet erst die Möglichkeit einer angemessenen Entschädigung pflegender Angehöriger.

Beitrag der Sozialarbeit

In einem letzten Teil wurde der spezifische Beitrag der beruflichen Sozialarbeit aufgezeigt. Neben der Hilfe an die einzelne Familie in Form der Pflegebegleitung wurde die Bedeutung der Gemeinwesenarbeit hervorgehoben. Dabei ist gleichermaßen an den Aufbau kleiner tragfähiger Netze in Quartier und Gemeinde gedacht, als auch die Verankerung neuer Wertvorstellungen bezüglich des gesellschaftlichen Zusammenlebens angezielt. Einen dritten Schwerpunkt soll die Mitsprache in jenen Gremien bilden, in denen die Entwicklung, Planung und Organisation der Altershilfe festgelegt wird. Weil die Effizienz der offenen Alters-

hilfe aufgrund des charakteristischen Nebeneinanders von privaten und öffentlichen Trägerschaften sowie von voll-, neben- und ehrenamtlich Tätigen, von beruflichen und freiwilligen Helferinnen wesentlich von der Koexistenz, der Koordination und der Kooperation der verschiedenen Dienstleistungsträger abhängt, ist dabei die Unterstützung von Koordinationsbestrebungen von grösster Wichtigkeit.

Abschliessend wurde die Bedeutung einer gesicherten beruflichen Identität der professionellen Sozialarbeiterin (des professionellen Sozialarbeiters) in der Zusammenarbeit mit den Spitex-Fachleuten einerseits und den freiwilligen Helferinnen/Helfern andererseits betont. Denn Sozialarbeit im Bereich der offenen Altershilfe ist in überdurchschnittlichem Mass von der Zusammenarbeit mit anderen Organisationen geprägt. Ein sinnvolles Miteinander aber bedeutet, dass sich die berufliche Sozialarbeit ihren Kooperationspartnern gegenüber in ihrer eigenen Domäne ausweist und die sie besonders kennzeichnende Arbeitsweise nach aussen deklarieren und anbieten kann.

Es war der Zweck dieser Arbeit, auf die belastenden Rahmenbedingungen, unter denen Familienpflege heutzutage stattfindet, aufmerksam zu machen und Mittel und Wege aufzuzeigen, welche eine durchgreifende Verbesserung bewirken könnten. Es bleibt das Anliegen, das Geschriebene möge Eingang finden in die praktische Arbeit von Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern und in die Praxis von politischen Entscheidungsgremien, um endlich im Alltag der Betroffenen Erleichterungen zu schaffen.»

Chef zu sein dagegen sehr . . .

Angst als Teil der Persönlichkeitsentwicklung

Die Angst in unserem Alltag

In unseren Betrachtungen unter dem Titel «Chef zu sein dagegen sehr . . .» habe ich versucht, die Problematik des Führens von Mitarbeitern in Institutionen anzugehen. Dabei wollte ich bewusst nicht Erkenntnisse oder gar Rezepte vermitteln, die in der reichlich vorhandenen einschlägigen Fachliteratur von weit kompetenterer Seite mehrfach beschrieben worden sind. Aus Erfahrung wissend, dass für ein erfolgreiches Führen Voraussetzungen erforderlich sind, die weder messbar noch ohne weiteres vermittelbar sind, habe ich versucht, diesen Voraussetzungen – ich meine damit die Persönlichkeitsmerkmale des Chefs – nachzugehen. Verschiedene kompetente Fachleute, denen wir einzelne Themen aus dem gesamten Problemkreis zur Bearbeitung vorgelegt haben, haben uns die Bedeutung der Persönlichkeit in Führungsarbeit bewusster gemacht und teilweise auch Möglichkeiten aufgezeigt, wie wir an unserer eigenen Persönlichkeit arbeiten und sie entwickeln können.

Nun möchte ich das Teilthema «Persönlichkeit» abschliessen, und ich hoffe, dass unsere gemeinsamen Betrachtungen viele unserer LeserInnen animiert haben, die Entwicklung ihrer eigenen Persönlichkeit, vielleicht einmal mehr – «anzupacken». Nun scheint es mir sinnvoll, in diesem Zusammenhang an mein Interview mit Dr. Karl Blöchliger, Hochdorf, im Fachblatt XII/88 zu

erinnern. Speziell erinnern möchte ich in diesem Zusammenhang an seine aufschlussreichen Ausführungen, wonach Persönlichkeitsentwicklung stets die Bereitschaft, über sich selber zu lernen, voraussetzt, das Lernen über sich selbst jedoch immer mit Ängsten verbunden ist.

Sicher ist uns diese Tatsache allen mehr oder weniger bewusst. Aber mit dieser Angst umzugehen, bereitet uns nicht selten grosse Mühe. Deshalb wollen wir der Angst als Teil der Persönlichkeitsentwicklung den Abschluss unseres Teilthemas widmen. Unsere Redaktorin, Erika Ritter, hat unter dem Titel «Themen der Zeit» im Aargauer Tagblatt mit Professor Dr. Fritz Gniress, Direktor der Psychiatrischen Klinik Königsfelden, Gespräche geführt. Eines dieser Gespräche – es trägt den Titel «Angst als Teil der Persönlichkeitsentwicklung» – soll den Abschluss unserer Betrachtungen zum Thema «Persönlichkeitsentwicklung» bilden.

Werner Vonaesch

Angst stellt nicht nur ein beengendes Lebensgefühl dar, sondern kann als positive Kraft ebenso sehr zur aktiven Alltagsbewältigung beitragen. Angst gehört sowohl zum gesunden als auch zum kranken Menschen.

Was ist Angst?
Wie wirkt sie sich aus?
Welchen Einfluss hat sie auf die Entwicklung unserer Persönlichkeit?
Wo liegt die Grenze zwischen gesunden (normalen) und krankhaften Angstzuständen?
Wie gehen wir mit der Angst um?

Der nachfolgende Text setzt sich mit diesen und ähnlichen Fragen auseinander.

Verschiedenartige Ausdrucksweisen

«Angst ist in ihrer verschiedenartigen und unterschiedlich intensiven Ausdrucksweise einem jedem von uns aus dem Alltag bekannt und gehört zur Erfahrung sowohl des gesunden als auch des kranken Menschen. Sie findet ihren Ausdruck in einem *Ge-fühl der Beengung, der Erregung oder gar der Verzweiflung* und wirkt so auf bewusster oder unbewusster Ebene als ein bestimmtes Verhalten in unserem Alltag hinein», eröffnete Prof. Gniress das Gespräch.

Angst kann Willen und Verstand lähmen. Ungerichtet und diffus durchdringt sie alles. Anders dagegen die Furcht, die zielgerichtet auf eine objektbezogene Bedrohung antwortet. Angst kann sich ausdrücken als *Erwartungsangst, als körperbezogene Vitalangst, auf seelischer Ebene als Gewissensangst* und als *umweltbedingte Realangst*. Sie gehört im Verlaufe des Lebens zur Entwicklung der Persönlichkeit und ist sowohl beim Menschen als auch beim Tier zu beobachten.

Vom Säugling zum Erwachsenen

Bereits für den Säugling bedeutet die Trennung von der Mutter oder der Bezugsperson ein zentrales Erlebnis mit Angst und Verunsicherung, auf welches er in den ersten Lebensmonaten mit Unmutsäusserungen reagiert. Im Alter von sechs bis acht Monaten beginnt er seine Bezugspersonen zu unterscheiden und bekundet durch «Fremden» *Angst vor dem Unbekannten*. So prägen Angst und/oder Vertrauen bereits unseren frühesten Lebensabschnitt, was uns jedoch später nicht bewusst ist. Die frühkindliche emotionelle Sicherheit in den Beziehungen und im Gefühlsbereich spielt eine entscheidende Rolle für unser Selbstwertgefühl und den Aufbau der Persönlichkeit. Damit erfolgt ein bestimmender Einfluss auf die späteren Verhaltensmöglichkeiten als Erwachsener. «*Unsere ganze Entwicklung wird von Angst begleitet und fordert als Aufgabe zur Auseinandersetzung heraus*», erklärte Professor Gniress. Nach der Kindheit im vertrauten Kreis bringt die Schule einen neuen *Erlebnisbereich mit Gruppenerfahrung und Bewährungsanspruch*. Die Realität der neuen Situation schafft «Realängste». Mit der Gewissensbildung erwachsen «Gewissensängste». Die Pubertät bringt einen weiteren entscheidenden Entwicklungsabschnitt mit neuer Aufgabenstellung. Berufswahl, Berufstätigkeit, Partnerwahl, Krankheit, Alter und Tod: Immer wieder wird der Mensch geängstigt und damit gefordert. «*Somit ist Angst das ganze Leben hindurch als gegebene Kraft beobachtbar und auch verstehbar.*»

Angst muss nicht gleich Krankheit sein

Für den gesunden Menschen hat die *Angst einen Sinn*. Sie motiviert zu Kontrolle und Aktivität. Der erwachsene Mensch ängstigt sich in der Hingabe vor Ich-Verlust und Abhängigkeit. Dies geschieht nicht zuletzt in der sexuellen Begegnung. Er ängstigt sich auf seinem Weg der Ich-Werdung mit dem Gefühl der Ungeborenheit während ausgeprägter Individuationsphasen. Ständige Wandlung der Lebenssituation signalisiert beängstigende Un-

sicherheit und Vergänglichkeit. Er erfährt, dass sich trotz aller Mühe nichts für immer halten lässt. Zudem setzt das Leben Grenzen, konfrontiert mit partieller Unfreiheit und weist im Tod auf unabänderliche Endgültigkeit hin.

Angstträume geben ihm *Hinweise auf eine innere Entwicklung* und drücken aus, dass ein *neuer Schritt zu wagen* sei. Angst vor Beziehungsverlust und Liebesentzug sind jedem Menschen eigen. Als umweltbezogene Realangst stellt sich ihm die Frage nach dem Sinn des Lebens, was im schnellen Wandel mit dem Verlust der Zukunftsgewissheit und der traditionellen Werte schwer zu beantworten ist. Der Vertrauensverlust in die Zuverlässigkeit der Aussagen vermittelt ihm ein Gefühl der Ohnmacht. Er lässt häufig zu, vom Urteil «anderer» respektive einer «offiziellen Meinung» abhängig und damit manipulierbar zu werden und setzt sich damit füllenden Angstphantasien durch Meinungsbildungs- und Konformitätsdruck aus. Oder aber der Mensch liefert sich andererseits an eine durch eigene Gedanken geschaffene Wirklichkeit aus.

Körperbezogen empfindet der Gesunde Vitalangst vor Krankheit und Tod. Schuldgefühle und Gewissensnöte spielen einen anderen Aspekt der Angst aus. Wer kennt als körperliche Angstsymptome nicht das *ängstliche Schwitzen, Blässe, weisse Pupillen, schnelle Atmung, Durchfall vor Prüfungen, Herzjagen usw.*? Aber auch *Ermüdung und Störungen im vegetativen System* können als Äquivalente anstelle von bewusster Angst auftreten.

An der *Grenze zur krankhaften Angst* finden sich die Phobien mit der *Objektangst* (vor Spinnen usw.) und der *Situationsangst* (Platzangst usw.). Auch *Kontrollzwänge* (ist der Herd abgeschaltet? das Haus geschlossen?) gehören in den Übergangsbereich zwischen gesund und krank, wobei die Krankheitswerte aus der Verschärfung heraus entstehen. Wirklich krankmachende Angst entsteht oft in der Verkennung der Umweltsituation, in der Schizophrenie, aus Aberglaube oder im Persönlichkeitsbereich des Neurotikers und Psychotikers. In der Depression findet sich ein starker Zusammenhang zwischen Angst und Selbstmord.

Der Umgang mit der Angst

In der Philosophie haben die Existenzialphilosophen (Hegel, Jaspers, Sartre) eine Auseinandersetzung mit der Angst bewirkt und sie uns damit bewusst gemacht. Wissenschaftlich forscht die Biologie nach einem körpereigenen Stoff, der bei Angst direkt auf die Hirnfunktionen wirkt. Angstlösende chemische Medikamente (Tranquillizers) können in der Krise wohl als vorübergehende Hilfeleistung beigezogen werden, stellen jedoch auch eine Verführung zum Missbrauch dar.

«*Im seelischen Bereich gilt es, die Angsterlebnisse verstehen zu lernen und Angst als Gefühl mit Einfluss auf das Verhalten den eigenen Fähigkeiten gemäss zu behandeln. Dies verlangt von uns die Kraft zur Auseinandersetzung mit den Problemen.* Durch die Erziehung wird das kindliche Vertrauen geprägt und damit der „Rucksack fürs Leben“ gepackt. In unserer heutigen Situation müssen wir wieder vermehrt gesunden Selbstwert entwickeln, die eigenen Möglichkeiten und Grenzen erkennen und respektieren. *Selbständiges Denken* und damit eine *kritische Haltung* ermöglichen ein eigenes Urteil. Über sich selber nachdenken vermittelt Einsicht und verlangt unter Umständen eine Verhaltensänderung, neue Wege. Der Umgang mit unseren täglichen Ängsten am Arbeitsplatz, in den Beziehungen, als Katastrophenangst, als Orientierungslosigkeit, Sinnverlust und Ohnmachtsgefühl soll für uns wieder als *Motivation zur aktiven Überwindung der Probleme und Veränderungen anerkannt werden*», erklärte Professor Gniress abschliessend.

Erika Ritter