

Zeitschrift: Schweizer Schule
Herausgeber: Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz
Band: 70 (1983)
Heft: 10

Werbung

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: 06.02.2026

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

bertätszeit. Magersucht oder Fettsucht als Ausprägung fehlgeleiteter Gewohnheiten aus der frühen Kindheit werden hier oft manifest. Ihre Korrektur ist in diesem Zeitpunkt bereits echt schwierig. Wie sprechen von psychosomatischen Krankheiten, von Kummerspeck, von Mangel echter zwischenmenschlicher Kommunikation, von Ersatzhandlungen. Der Teufelskreis von depressiver Stimmung – Trostsuchen im übermässigen Genuss von Süßigkeiten – Gewichtszunahme – Ausgelacht- und Ausgeschlossen-Werden, ist oft so dicht geschlossen, dass es fast unmöglich ist, ihn aufzuschliessen und eine andersartige Entwicklung in Gang zu setzen. Wir müssen froh sein, wenn es bei der Fettsucht bzw. beim gestörten Verhältnis zur Ernährung bleibt und nicht noch gefährlichere Süchte hinzutreten. Noch später ist es dann vielleicht der Herzinfarkt, der Diabetes, die Blutdruckkrankheit, das Magengeschwür oder die Dickdarmentzündung, welche einen mühsamen Lernprozess und eine diätetische Umstellung in Gang setzen. Was bis dahin an tragischen Entwicklungen und an Leiden geschehen ist, bleibt oft versteckt und ist nur den nächsten Angehörigen bekannt.

Ich schlage zum Schluss allen Lesern ein einfaches Experiment vor: Wir wollen ein Stück Vollkornbrot und einen Apfel langsam, bewusst, unter Konzentration auf unseren Geschmacks- und Geruchssinn solange kauen, bis uns der feine, vom Speichel verflüssigte Brei fast von selbst in die Speiseröhre fliesst. Das ist ein Naturgenuss, der unsere Drüsen anregt und unsere Sinne schärft. Wir bekommen Freude an der naturnahen Nahrung und befriedigen unser Bedürfnis mit hoher Qualität anstelle von grosser Menge. Wir sind erstaunt, dass wir schon nach einigen Bissen gesättigt sind. Wir wollen lernen, konzentriert, bewusst, meditativ und daneben auch mit Freude und Genuss zu essen. Wenn es gelingt, unseren Kindern diese Art der Bedürfnisbefriedigung weiterzugeben, treiben wir echte Suchtprophylaxe.

Da der bisherige Rektor an ein Gymnasium gewählt worden ist, sucht die private katholische Internatsschule

Kollegium St. Michael Zug

auf den Spätsommer 1983 oder nach Vereinbarung einen

Rektor

dem die Gesamtleitung der Schule und des Internates obliegt.

Die Schule führt je 3 Klassen Real- und Sekundarschule (7.–9. Schuljahr) und einen einjährigen Deutschkurs für italienisch- und französischsprechende Schulentlassene (anschliessend an das 8. oder 9. Schuljahr). Die Schule zählt 130 – 150 Schüler.

Anforderungen:

Ausgeglichene, initiative, einsatzfreudige Persönlichkeit mit guten Führungseigenschaften.

Auskunft erteilt Ihnen gerne der Verwalter Xaver Sigrist (Telefon 042 - 21 39 52).

Ihre Anmeldung mit Lebenslauf, Foto, Ausweisen über die Ausbildung und bisherige Tätigkeit erwarten wir möglichst umgehend an

Kollegium St. Michael Zug, Verwaltung,
Zugerbergstrasse 3, 6300 Zug